Philippine Martial Arts Society

Escrima

ort
TIAL ARTS

E LATOSA

WMAN

RESERVE STOCK

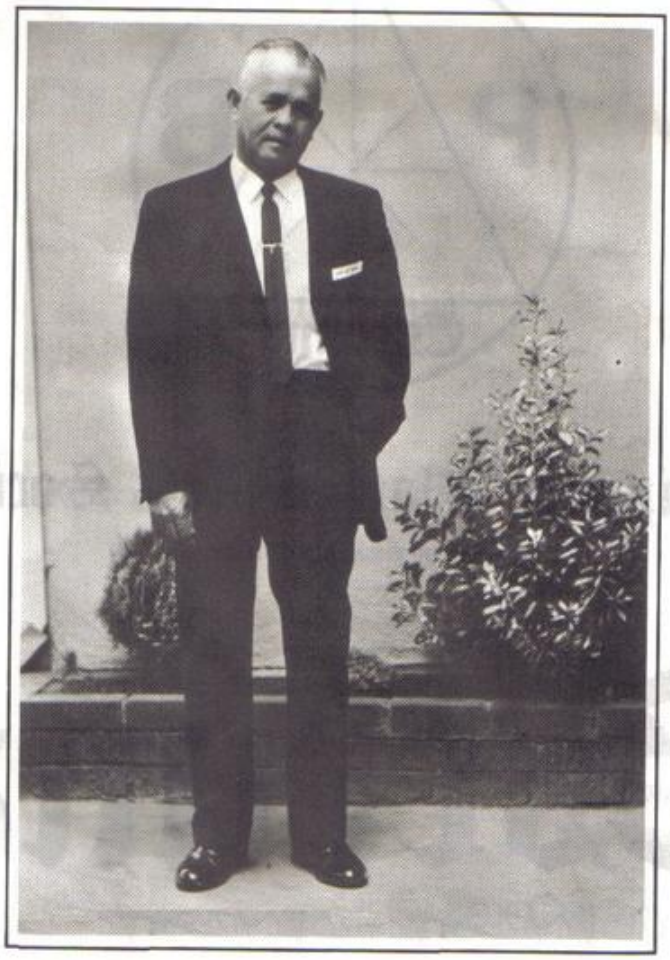
Philippine Martial Arts Society

SINING PANDIPENSA NG LIPUNANG PILIPINO

Escrima

RENE LATOSA, Chief Instructor, U.S.A.
Bill Newman, Instructor, G.B.

©Copyright 1979 by WU SHU-VERLAG KERNSPECHT, 2300 Kiel.
Alle Rechte einschließlich der Übersetzung vorbehalten.
Ohne schriftliche Genehmigung des Verlages darf kein Teil dieses Buches in irgendeiner mechanischen Weise, einschließlich Vervielfältigung und Tonband, reproduziert werden.



Dieses Buch ist meinem Vater gewidmet.

Weiterhin danke ich für ihre Unterstützung:
- der Philippine Martial Arts Society, England
- all meinen Lehrern, Schülern und Freunden
- Keith R. Kernspecht, unserem deutschen Escrima-Vertreter, Herausgeber, Korrektor und Übersetzer dieses Buches
- Leung Ting, unserem technischen Berater
- Herbert Schmidtke, Photos
- Michael Till, Bewirtung mit Speise und Trank während der Arbeit
- Terry O'Neill, *Fighting Arts Magazine*, England für die Genehmigung, den Escrima-Artikel in Vol. 3 No. 2 zu benutzen.

This book is dedicated to my father.

I would like to express my sincere appreciation to
- The Philippine Martial Arts Society, G.B.
- my instructors, students and friends
- Keith R. Kernspecht, our German Representative, Publisher and Translator of this book
- Leung Ting, our Technical Advisor
- Herbert Schmidtke, photographs
- Michael Till, for feeding us during the sessions.
- Terry O'Neill, *Fighting Arts Magazine*, England for his permission to use the Escrima-Article in Vol. 3 No. 2.

Erster Besuch in Deutschland 1977:

First visit to Germany 1977:

Bill Newman, Keith R. Kernspecht, Sigrun Kernspecht, Rene Latosa.

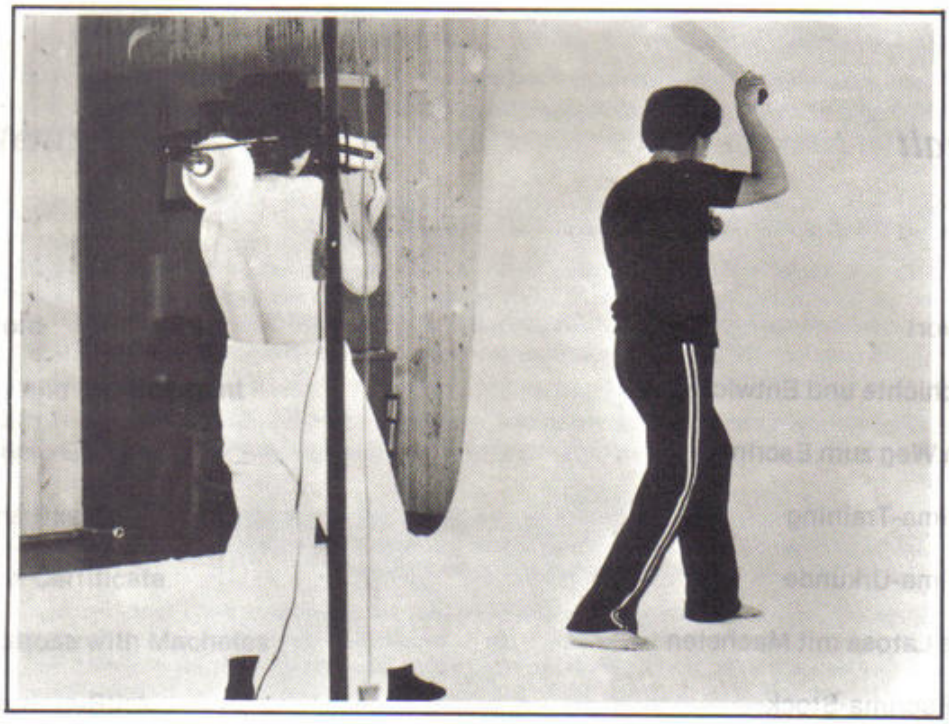
Die Anfänge des Escrima in Deutschland

Keith R. Kernspecht lud 1977 die Escrimadores nach Deutschland, Kiel.

The beginnings of Escrima in Germany
In 1977 Keith R. Kernspecht invited the Escrimadors to Germany, Kiel.

Von links nach rechts: Bill Newman, Keith R. Kernspecht, Leung Ting, Rene Latosa.

From left to right: Bill Newman, Keith R. Kernspecht, Leung Ting, Rene Latosa.



Leung Ting filmt Rene Latosa in Kiel, 1978

Leung Ting shooting a movie of Rene Latosa in Kiel, 1978

Inhalt

Vorwort	10
Geschichte und Entwicklung	12
Mein Weg zum Escrima	14
Escrima-Training	16
Escrima-Urkunde	20
Rene Latosa mit Macheten	22
Der Escrima-Stock	24
Die fünf Grundangriffe	26
Verteidigung gegen Nr. 1 Angriff	28
Verteidigung gegen Nr. 2 Angriff	34
Verteidigung gegen Nr. 3 Angriff	40
Verteidigung gegen Nr. 4 Angriff	46
Verteidigung gegen Nr. 5 Angriff	50
Abwehr und Fesselung	60
Entwaffnung	62
Sparring mit zwei Stöcken	72
Abwehr mit dem langen Stock	84
Abwehr mit Machete	88
Ein Stock gegen zwei Sicheln	90
Zwei Sicheln (Kama) gegen zwei Sai	96
Zwei Stöcke gegen zwei Sai	100

Contents

Foreword	11
History and Development	13
My Way to Escrima	15
Escrima Basics	17
Escrima Certificate	20
Rene Latosa with Machetes	22
The Escrima-Stick	24
The Five Basic Attacks	26
Defense against No. 1 Attack	28
Defense against No. 2 Attack	34
Defense against No. 3 Attack	40
Defense against No. 4 Attack	46
Defense against No. 5 Attack	50
Defense and Trap	60
Disarming	62
Sparring with two Sticks	72
Long-Stick-Defense	84
Defense with Machete	88
One Stick vs. Two Sickles	90
Two Sickles (Kama) vs. Two Sai	96
Two Sticks vs. Two Sai	100

Vorwort des Herausgebers

Wenige Europäer haben jemals Escrima gesehen. Wenige Budo-Experten wissen mit dem Namen etwas anzufangen. Dennoch ist Escrima (oder Kali oder Arnis) eines der wirksamsten und praktischsten Waffensysteme überhaupt. Dieses mußte Ferdinand Magellan, portugiesischer Entdecker des 16. Jahrhunderts, feststellen, als er und seine schwerbewaffneten Soldaten hilflos unter den raffinierten Stockschlägen von Eingeborenen ihr Leben lassen mußten.

Escrima ist ein praktisches, wissenschaftliches Kampfsystem ohne überflüssige Bewegungen, ohne Zeremoniell, eigentlich ohne Uniformen, ohne Verbeugung vor dem Gegner. Ohne Schnörkel ist es eine kompromißlose Methode, mit Stöcken und Messern bzw. Schwertern verschiedener Länge gegen bewaffnete und unbewaffnete Feinde zu kämpfen.

Es entwickelte sich unter dem Druck spanischer Besetzung auf den Philippinen nach ähnlichen Gesetzmäßigkeiten wie das Karate (Okinawa-Te) auf Okinawa, das von den Japanern besetzt war.

Escrima wurde als Geheimkunst gegen den Willen der Spanier ständig weiterentwickelt und im Untergrundkampf mit Erfolg gegen die Besatzungsmacht angewandt. 1898 endete die Macht der Spanier und die Philippinen wurden amerikanisch, aber das Land sah jede Woche blutige Zweikämpfe und tödliche Dorf-Fehden mit Stock und Machete. So war die Stadt San Juan der erste Ort, an dem aufgrund der ständigen Gewalttaten das Nunchaku (oder Chako, wie man es dort nennt) verboten wurde.

Nach dem Krieg emigrierten viele Filipinos in die USA, und Escrima, ihre alte Kampfkunst, nahmen sie mit. Viele zogen nach Californien, meist nach Stockton. So nahm Escrima seinen Einzug in die Welt der amerikanischen Kampfkünste.

Bekannt wurde Escrima erst richtig durch Bruce Lee, der dieses System (mit zwei Stöcken) in Filmen der Öffentlichkeit zeigte. Der erste dieser Filme war »Enter the Dragon«. Im bisher unvollendeten Film »Game of Death« wollte Lee Escrima als das gefährlichste, bekannte Kampfsystem der Welt darstellen.

Wo lernte Bruce Lee Escrima? Ebenso wie ins Nunchaku weihte ihn sein eigener Wing Tsun- und spätere Jeet Kune Do-Schüler und jetziger Nachfolger Dan Inosanto in die Anfangsgründe des Escrima ein. Als Bruce Lee zum ersten Mal im Beisein Inosantos die Escrima-Stöcke in die Hand nahm, bewegte er sie so expertenhaft, daß Inosanto voll Erstaunen ausrief: »Du kennst ja den Largo Mano-Stil des Escrima!« Bruce Lee aber lachte: »Nie von gehört, ich mache nur Wing Tsun mit dem Stock!« Bruce Lee hatte seinerzeit als Teenager in Hongkong in Yip Mans-Schule die Grundbegriffe des Wing Tsun Kung Fu gelernt, aber im Escrima fand er dieselben logischen Prinzipien wieder, er entdeckte sogar die »Fesselnden Hände« des Wing Tsun im Escrima-System. So ergänzten die Escrima-Kenntnisse seines eigenen Schülers Bruce Lee Wing Tsun-Techniken und halfen ihm sehr bei der Entwicklung seiner persönlichen Methode Jeet Kune Do.

Natürlich mußte mich als Wing Tsun-Lehrer, der alle Entwicklungen aufmerksam verfolgt, dieses System interessieren. Ich wollte wissen, ob es wirklich so Wing Tsun-ähnlich ist, worin es sich unterscheidet und warum. Ich wollte erfahren, ob es durch chinesischen Einfluß vielleicht mit Wing Tsun verwandt ist, oder ob es sich parallel aus zwingenden logischen Gründen ähnlich entwickelt hat.

Vorhandene Escrima-, Arnis- oder Kali-Bücher aus Amerika konnten mir dabei wenig helfen. Ich mußte es sehen, selber üben, es erfahren, um ein Urteil abgeben zu können.

Wenn man ein System verstehen will, sollte man an die Quelle selber gehen. Um einen Einblick in die Wirkungsweise des Escrima zu erhalten, lud ich keinen Geringeren, als den berühmten Escrimador RENE LATOSA (USA, Kalifornien) zu mir in das deutsche Wing Tsun-Hauptquartier in Kiel. Viele Stunden unterrichtete er und sein Assistent, mein Freund Bill Newman (seit 10 Jahren Wing Tsun-Kämpfer!), mich und meine Frau in den faszinierenden und blitzschnellen Techniken mit Stock und Messer. Auch Nervenstöcke, Kugelschreiber und zusammengerollte Karate-Revue-Magazine wurden zu vernichtenden Waffen.

Im Jahre 1977 veranstaltete ich einen Kurzlehrgang mit Rene Latosa und Bill Newman in Kiel. Ein knappes Dutzend Wing-Tsun- und Karate-Leute, die ich kurzfristig einladen konnte, erhielten eine praktische Einführung, die alle begeisterte und überzeugte.

Nach drei Stunden hatten die Teilnehmer das Rüstzeug, um Stockschläge und Stöße auf jede Körperpartie sicher abwehren und den Gegenangriff führen zu können.

Diesem 1. deutschen Escrima-Lehrgang folgten weitere in immer kürzeren Abständen. Durch regelmäßige gegenseitige Besuche konnten die Kenntnisse vertieft werden.

Anfang 1979 flog ich mit meiner Frau zu Rene Latosa nach Stockton, um von ihm Spezialunterricht zu erhalten und die alten legendären Escrimadores kennenzulernen. Hierüber werde ich sicherlich im zweiten Band der Escrima-Serie berichten.

Maßgeblich beteiligt am Entstehen dieses vorliegenden Lehrbuches war Sifu Leung Ting, der die technische Beratung übernommen hatte.

Ich hoffe, daß der Leser an den klaren, großen Momentaufnahmen der Kampfsequenzen ebensoviel Gefallen hat wie wir und auch aufgeschlossen genug ist, um Escrima bei einem unserer Seminare (in allen Teilen Deutschlands) praktisch zu erproben. Wer das hochwirksame, praktische philippinische Waffensystem der P.M.A.S. erfahren hat, wird fasziniert sein von der Effektivität, der Kraft, aber auch der Schönheit seiner Bewegungen.

Auch der, der andere Kampfkünste betreibt, kann mit Gewinn außerdem Escrima erlernen. Escrima presst niemand in das Prokrustes-Bett seines Stiles; weitgehend frei von belastenden Dogmen und Traditionen erlaubt es dem einzelnen, sich frei zu entfalten und zum eigenen, persönlichen Kampfstil zu finden.

Keith Kernspecht

Keith R. Kernspecht
Leiter der P.M.A.S. Deutschland

Vorwort der P.M.A.S.

Viele Jahre lang beschäftigte Rene Latosa der Plan, die P.M.A.S. zu gründen. Als er 1974 als Angehöriger der amerikanischen Luftwaffe nach England geschickt wurde, beschloß er, seine Zeit in England diesem Zweck zu widmen. Er besuchte zuerst die verschiedenen Kampfkünstler in England, immer auf der Suche nach dem Ort und den Leuten, die am besten für Escrima geeignet sein könnten.

Im Januar 1975 fand er den Ort - London und die Leute - Bill Newman und Brian Jones. Beide langjährige Kung Fu-Lehrer, baten sie Rene Latosa sofort,zu bleiben und sie zu unterweisen, als sie die Qualität seines Escrimas erkannten.

Rene hielt sie für diejenigen, die seine Escrima-Kunst in England verbreiten konnten und unterrichtete sie in dem P.M.A.S. Waffen-System, das aus 8 Schüler-Graden besteht. Der erste Schüler-Grad ist der niedrigste. Der neunte Grad ist dem Lehrer vorbehalten.

Nach drei Jahren harten, intensiven Trainings war die P.M.A.S. entstanden. Bill Newman und Brian Jones waren jetzt eigenständige Escrima-Lehrer.

Dann lud der Wing Tsun Kung Fu-Sifu, Keith R. Kernspecht,Rene und Bill in seine Schule in Kiel, Deutschland. Dort veranstalteten sie den ersten P.M.A.S.-Escrima-Lehrgang, von dem die deutschen Kampfkünstler so begeistert waren, daß die beiden Escrima-Lehrer nun regelmäßig eingeladen werden, in Deutschland weitere Kurse abzuhalten. Seitdem blüht Escrima auch in Deutschland.

So hat sich Rene Latosas Wunsch durch die Gründung der P.M.A.S. und die Veröffentlichung dieses Buches erfüllt. Einem Buch, dem hoffentlich noch weitere folgen werden.

Foreword of P.M.A.S.

The idea of forming the P.M.A.S. had been with Rene Latosa for many years, and when in 1974 he was posted to England to serve a tour of duty in the U.S.A.F. he decided to devote the time in the U.K. to that purpose. First he travelled to various martial artists in England, looking for the people and the place that would be best for Escrima, and in January 1975 he found the place - London, and the people - Bill Newman and Brian Jones. Both Kung Fu-Instructors of many years standing, who when they saw the quality of Rene Latosa's Escrima, asked him to stay on at their club and teach them.

Rene deciding that they were the people he wanted to carry on his Escrima in England, taught them his Philippine Martial Arts Society System of Weapons, which consists of 8 student grades, the first grade being the lowest, and an instructor's grade, the ninth. And after three years of hard intensive training the P.M.A.S. was properly formed.

Bill Newman and Brian Jones were made full instructors.

Then Rene and Bill at the invitation of Sifu Keith R. Kernspecht of Wing Tsun Kung Fu went to Kiel, Germany, to hold the 1st PMAS-Escrima-course in Germany, which was such a success with the German martial artists, that the two escrimadores are now invited back on a regular basis, so that Escrima is now flourishing in Germany.

Thus Rene Latosas idea formed so many years ago has now been fulfilled with the P.M.A.S. and the publishing of this book - hopefully the first of many.

ESCRIMA - die philippinische Kampfkunst erzählt von Terry O'Neill

Geschichte und Entwicklung

Obwohl die Übersetzung des spanischen Wortes *»Arnis de Mano«* *Kunst* oder *Schutz* (eigentlich: *Harnisch*) *der Hand* bedeutet, meint es ein Selbstverteidigungs-System von den Philippinen, das vor allem scharfe Klingen, Stöcke und andere Waffen verwendet. Waffenlose Handtechniken werden in dieser Kunst nur als sekundär angesehen.
Während dieses Kampfsystem in Europa noch wenig bekannt ist, ist es in Amerika schon weit verbreitet durch die große Zahl von Filipinos, die nach Amerika gezogen sind.
Früher wurde auch der Name *Kali* verwandt, heute nennt man die Kunst meist *Arnis* (*de Mano*) oder mit einem anderen spanischen Wort *Escrima*, was so viel bedeutet, wie *Scharmützel, Kampf.*

Diese Kunst hatte eine lange und wilde Geschichte, die sich bis ins Jahr 1521 zurückverfolgen läßt, als die Philippinen unter spanische Herrschaft kamen. Vorher war *Arnis de Mano* neben Lesen, Schreiben, Religion und Sanskrit unterrichtet worden. Für die Kinder der Krieger-Klasse war es außerdem eine Art militärischer Ausbildung.
Die Spanier hatten größte Mühe, ihren Willen den Einwohnern aufzuzwingen, die ihre Bolos, Dolche und Stöcke mit tödlicher Wirksamkeit beherrschten. Erst mit Hilfe von Schußwaffen konnten die Spanier etwas Ordnung herstellen.
Im 18. Jahrhundert hatten die Spanier die Philippinen fest in ihrer Gewalt und das Leben oder Lernen von *Arnis de Mano* war streng verboten. (Ähnlich wie die Japaner auf Okinawa das Tragen von Waffen verboten hatten). Das Tragen eines *Bolo* (ähnlich einer Machete) oder eines Dolches war auch nicht erlaubt. Durch diese Verbote sollten die heißblütigen Filipinos 'zivilisiert' werden.

Arnis de Mano wurde dann zu einer Geheimkunst (ähnlich wie Karate auf Okinawa), die nur im Verborgenen geübt wurde.
Als es wieder aus dem Untergrund hervortrat, konnte es von den Spaniern nicht wiedererkannt werden - denn *Arnis de Mano* erschien wieder getarnt als Tanz zu einer Volksmusik, wobei die Bewegungen tänzerisch und ohne Waffen vorgeführt wurden. Ja, dieser »Tanz« gefiel sogar den Spaniern, so daß er nun auch öffentlich bei Feierlichkeiten gezeigt werden konnte.
Das richtige *Arnis de Mano* war aber keinesfalls gestorben, dies konnte die Besatzungsmacht jedes Mal feststellen, wenn es wieder eine Revolte gab.
Von Generation zu Generation wurden diese vielen regional verschiedenen Kampfstile, unter dem Oberbegriff *Arnis de Mano* bekannt, am Leben erhalten und überliefert durch die Jahrhunderte.

Als 1898 das Ende der spanischen Herrschaft kam, und die Amerikaner übernahmen, wurde das Verbot aufgehoben. Freundschaftliche Wettkämpfe wurden an Feiertagen öffentlich gezeigt, aber die Lehrer 'öffneten ihre Türen' immer noch nicht, und *Arnis* blieb eine Geheimkunst.

Das Land sollte aber noch weitere Kampfhandlungen in den folgenden Jahren erleben. Als der Krieg kam, marschierten die Japaner ein, und viele Filipinos kämpften neben Amerikanern in Guerilla-Einheiten. Viele verdankten in zahllosen Nahkämpfen ihr Leben ihrem Arnis-Training. Ihre offizielle Kampfwaffe, die Machete, glich ihrer eigenen Volkswaffe, dem *Bolo*, so daß sie ihre Techniken über einen langen Zeitraum im richtigen Kampf erproben konnten.

Aber auch nach dem Krieg blieben die Philippinen ein gewalttätiger Ort. Die Stadt San Juan sprach 1967 als erste das *Nunchaku-* (oder *'Chako'*) Verbot aus. Nur durch Verhängung des Kriegsrechtes konnte der Präsident im September 1972 der Gewohnheit ein Ende bereiten, persönliche Streitigkeiten unter Verwendung von Schußwaffen, Messern und anderen tödlichen Waffen zu entscheiden.

Nach dem Krieg wanderten viele Filipinos in die Vereinigten Staaten aus. Und natürlich ging *Arnis de Mano* mit ihnen. Die meisten Auswanderer zogen nach Hawaii und Californien. In Californien ließen sie sich zum größten Teil in Stockton nieder, und von dort begann *Anis/Escrima* seinen Einzug in die amerikanische Kampfkunst-Szene zu halten.

Die Wiederentdeckung von *Escrima* (wie auch der *Nunchakus*) muß wohl dem verstorbenen Bruce Lee zugeschrieben werden. Durch seine Darstellung des Gebrauches der philippinischen Stöcke in den Filmen *»Enter the Dragon«* und *»Game of Death«* brachte er die alte Kampfkunst Escrima wieder in den Blickpunkt der Öffentlichkeit.

ESCRIMA - the Filipino Fighting Art
Story by Terry O'Neill

History and Development

Although the Spanish word, **Arnis De Mano** *translates as 'art (or harness) of the hand', it describes a self-defence system from the Philippines that in the main, revolves around the use of bladed weapons or sticks. Empty hand techniques are secondary in this art which is little known in Europe. Although it has only recently been publicised, the art is quite widespread in the U.S.A., owing to the large number of resident Filipinos there.*

Formerly known as **Kali,** *the fighting system is nowadays called* **Arnis De Mano** *or by another Spanish word,* **Escrima** *meaning 'skirmish'. Whatever name it goes under, the art has had a long and savage history, dating back to 1521 when Spanish rule first came to the Philippines. Before this colonization,* **Arnis De Mano** *was taught as a recreational activity, along with reading, writing, religion and Sanskrit. For children of the native warrior class it was also a form of combat training.*

The Spaniards had a hard time imposing their rule on the inhabitants, who wielded their bolos, daggers and sticks with deadly effectiveness. Not until they brought in reinforcements and firearms could they effect any semblance of order.

In the seventeen hundreds, when Spanish rule was firmly secured, the teaching and study of **Arnis De Mano** *was banned (in the same way as the Japanese overlords banned the ownership of weapons on Okinawa). The carrying of a bolo (a long bladed weapon similar to a machete) or dagger was also forbidden. These orders were imposed in an attempt to 'civilize' the spirited Filipinos.*

Arnis De Mano *then became a clandestine art (as did the art of Karate on Okinawa) and was practiced in secret. When it re-emerged it went unnoticed by the Spaniards – it had been set to native music and performed as it was, without weapons, the movements resembled only a harmless dance. This 'dancing' even became popular with the rulers and demonstrations were given in public at fiesta time!*

The real **Arnis De Mano** *had not died though, as the Spanish soldiers found out every time there was a revolt. From generation to generation, the many different regional styles collectively termed* **Arnis De Mano** *– were kept alive, being handed down from father to son over the centuries.*

When Spanish rule ended and the Americans took over in 1898, the ban on the art was lifted. Friendly competitions were then conducted in public at fiesta's but the teachers never 'opened their doors', so to speak and **Arnis De Mano** *remained a semi-secretive activity.*

The country was to see a lot more martial action in the ensuing years. When the war came, the Japanese invaded the Philippines and a lot of Filipinos, worked alongside the Americans in guerrilla units. Many of these owed their lives, in countless close-quarter engagements, to their **Arnis** *training – the custom-issued machete closely resembled their native bolo. Theirs is an art that has been well and truly tested, over a long period of time in actual combat!*

Even after the war, the Philippines remained a very violence-prone country. The town of San Juan was the first place to ban the Nunchaku weapon (or Chako, as it is called there) back in 1967. Only the Presidents imposition of martial law in September 1972, put an end to the carrying and extensive use of guns, blades and a variety of other lethal weapons to settle disputes.

After the war, many Filipinos had emigrated to the U.S.A. – needless to add, **Arnis De Mano** *went with them. Most of the immigrants went to Hawaii and California. Of those that went to California the majority settled in Stockton and it is from there that* **Arnis / Escrima** *has surfaced onto the American martial arts scene.*

The 'discovery' of **Escrima,** *along with the widespread use of the Nunchaku weapon, must be credited to the late* **Bruce Lee.** *His portrayal of the use of the 'double sticks' in the movie, 'Enter the Dragon' and in the unfinished 'Game of Death' brought the art of Filipino Stick Fighting out into the open.*

Bill Newman demonstriert mit einem Anfänger.
Bill Newman demonstrating with a beginner.

Mein Weg zum Escrima

Mein Vater sprach zum ersten Mal von Escrima. Ich hatte ihn um Geld für Karate- und Judo-Unterricht gebeten. Er wollte davon nichts wissen, sondern bot mir an, mir stattdessen die *philippinische* Kampfmethode zu zeigen. Aber er kam nie dazu. So dachte ich bald, alles sei nur Gerede gewesen und es gäbe gar kein *philippinisches* Kampfsystem. Ich hatte keine Ahnung, daß Escrima seit Generationen in unserer Familie weitergegeben wurde. Dennoch vergaß ich seine Bemerkung nicht. Und als ein Filipino namens Angel Cabeles in Stockton eine Escrima-Schule aufmachte, erlaubten mir meine Eltern einzutreten.
Innerhalb von sechs Monaten bestand ich den Grundkursus und durfte dann an einem Lehrgang für Fortgeschrittene teilnehmen. Später gehörte ich unserem Demonstrationsteam an und erhielt jede Menge Spezial-Unterricht.
Bald durfte ich beim Unterricht assistieren und hielt mich, jung wie ich war, für einen Lehrer.
Selbstsicher und voller Stolz berichtete ich meinem Vater von meinem Können. Der aber wollte es mit über sechzig Jahren genau wissen. Nachdem wir uns mit Stöcken bewaffnet hatten, brauchte ich nur wenig Zeit, um zwei Dinge zu erkennen:
1. das überwältigende Können meines Vaters.
2. wieviel ich noch zu lernen hatte - in der Kunst, die ich glaubte, unterrichten zu können.

Ich kam überhaupt nicht an ihr ran, und es war gar nicht daran zu denken, ihn etwa mit dem Stock zu berühren. Dennoch versicherte er mir, daß er schon seit 20 Jahren keinen Escrima-Stock mehr angefaßt hatte. Jetzt aber schien er wie verwachsen mit dem Stock. Und hier liegt der Unterschied zwischen dem Mann, der die Kampftechniken als Handwerk zum Überleben erlernte und im richtigen Kampf angewandt hat, und dem, der es nur als Freizeitbeschäftigung oder Sport übt.

Mein Vater erklärte mir, daß er die Stöcke oft benutzt hat - als junger Mann in der Heimat und auch in den Staaten, in die er mit 22 Jahren auswanderte. Heutzutage hat die Polizei den Schutz des Bürgers übernommen, so daß die Stöcke nicht länger erforderlich sind. Auch hatte er viele Ehrenämter innerhalb der Gemeinde, so daß ihm wenig Zeit für Escrima verblieb. Aber auch viele andere alte Männer in Stockton hatten mit Escrima zu tun gehabt im Krieg und auch bei dörflichen Fehden oder regelrechten Wettkämpfen. Viele Duelle fanden damals statt. Obwohl diese Oldtimer nicht mehr üben, können sie dennoch verteufelt gut mit den Stöcken umgehen.
Mein Vater hatte mit sechzehn Jahren Escrima begonnen. Seine Mutter hatte ihm Geld gegeben, um das College in Manila zu besuchen. Statt dessen lernte mein Vater ein Jahr lang Escrima in einer Kampfschule. Das Training war hart und die Lehrer mitleidlos. Wer nicht abwehren konnte, wurde schlimm getroffen. An einige Prüfungen erinnerte er sich noch heute. So mußte er eine Linie Stock schwingender Gegner durchbrechen. Oder er mußte sich aus einem 1,20 Meter tiefen Loch herauskämpfen, um das ein Ring von bewaffneten Angreifern gezogen war. Wenn man hochkam, schlugen alle auf einen mit Knüppeln ein.
Schon mein Großvater hatte in der gleichen Schule kämpfen gelernt, und mein Ur-Großvater war ein berühmter Escrimador gewesen. Angeblich soll er ein Bandit gewesen sein. Als er aus den Bergen kam, um Proviant zu holen, konnte die Polizei nicht mit ihm fertig werden. Mein Vater erinnerte sich, Großvater einmal beim Üben zugeschaut zu haben, und Großvater soll sehr gewalttätig und wild gewirkt haben.

Nun, ich setzte mein Training fort, aber erhielt auch von Vater Unterricht. Abends übte ich mit einem Lehrer namens Leo Giron, der mir die Grundlagen des Kampfes mit dem langen Stock und mit der Klinge beibrachte.
Es gibt soviele verschiedene Escrima-Stile. Ein Teil des Systems meines Vaters nannte sich »Cinco Teros«. Ein Onkel von mir, der dasselbe System gelernt hatte, übte mit mir, ebenso wie viele andere alte Männer, die mit meinem Vater befreundet waren. Mein Interesse an Escrima machte ihnen Spaß, und oft griffen sie mich völlig überraschend auf der Straße an, um meine Reaktion zu testen. Ihr Interesse galt hauptsächlich dem Messer oder Bolo, und sie bevorzugten entsprechende Techniken.
Ich habe dann viel experimentiert und die verschiedenen Stile miteinander kombiniert - immer auf der Suche nach den effektivsten Methoden.
Auch Techniken ohne Waffen, die übrigens auch zu Escrima gehören, habe ich unter dem Lehrer Max Sarmiento gelernt. Ich stellte fest, daß die Waffentechniken mit leichter Veränderung auch ohne Waffen anzuwenden sind.

Im Gegensatz zu anderen bekannten Kampfkünsten beginnt Escrima mit Waffen und hört ohne Waffen auf.
Ein Anfänger lernt bei uns zuerst, wie man mit dem Stock umgeht. Denn wir glauben, daß in einem richtigen Kampf jeder es vorzieht,bewaffnet zu sein. Erst wenn er den Stock richtig benutzen kann, beginnt er mit dem waffenlosen Training.
Man beginnt mit der idealisierten Situation, daß man selbst und der Gegner einen gleich langen Stock hat. (Obwohl die Lage noch 'idealer' wäre, hätte man nur selbst einen Stock und der andere gar keinen .....).
Als nächstes kommt man zu der schwierigen Situation, in der man selbst eine kürzere Waffe als der Angreifer hat.
Als letztes stehen wir vor der äußerst schwierigen Aufgabe, unbewaffnet gegen einen bewaffneten Angreifer kämpfen zu müssen.
Mit Waffen zu beginnen, ist sehr mühsam für jemand, der in den Fachzeitschriften immer gelesen hat, daß Kampfstile waffenlos beginnen und erst dann mit Waffen arbeiten. Wir glauben, daß genau das Gegenteil richtig ist. Aber das ist reine Ansichtssache.

My Way to Escrima

The first time I heard of Escrima was from my father. I had asked him to pay for Judo and Karate lessons for me but he refused, saying that instead he would teach me the Filipino way of fighting. He didn't get around to teaching me though and I thought his mention of a fighting system was just talk – I had no idea then that Escrima had been in my family for generations.

The mention had interested me however and when a Filipino named **Angel Cabales** started an Escrima school in Stockton, my parents let me join. In six months I completed the basic course and was allowed on an advanced training course. I was then invited to make up a three man demonstration team and received quite a lot of special training. I was soon helping to take the classes and being young, was considering myself a teacher. Feeling very cocksure I told my father of my ability and he asked me to show him – he was over sixty years of age at that time.

It took only a very short time of facing the 'old man', both of us similarly armed with sticks, for me to realize two things. Firstly, the extent of my fathers ability and secondly how much I had to learn about the art that I thought I was a teacher of.

I couldn't get anywhere near him, let alone touch him with my stick and yet he assured me that he hadn't picked up a stick for twenty years! When he did though it was second nature to him and this is where the big difference lies between a man who has used his fighting method for real and

ESCRIMA - Training
von Rene Latosa

Ich möchte kurz einen Überblick über das Escrima-Training der PMAS geben:
Nachdem der Schüler weiß, wie man einen Stock anfaßt, lehre ich ihn die ersten fünf Schläge. Dann übt er diese fünf Angriffe abzuwehren. Es gibt vielleicht gegen jeden Angriff fünf oder sechs Grundabwehren, aber am Anfang wollen wir es nicht zu schwer machen, so daß ich nur drei Abwehren zeige. Als nächstes kommen wir zu der Beinarbeit. Der Schüler erfährt, wie er sich bewegen und wo er die Füße hinsetzen muß, wenn er die schon gelernten Techniken anwenden will. Wir gehen bei den Schritten von der Figur des Dreiecks aus und üben Schrittkombinationen nach vorne, seitlich, rückwärts und im Winkel von 45 Grad. Der Körper muß nicht unbedingt immer gerade gehalten werden. Oft wird der Oberkörper nach hinten oder zur Seite gebeugt, je nach der Situation.
Dann wenden wir uns dem sogenannten »Lock and Block«-Training zu. Der Schüler blockt einen Stockangriff von mir, dann muß er aber noch meinen zweiten Angriff mit einem kurzen Stock, den ich in der anderen Hand halte, abwehren und kontrollieren. Auf diese Weise lehre ich, Angriffe aus jeder Richtung - und egal mit welcher Hand geführt - abzuwehren.
Als nächstes wird die Verteidigung mit einem gegen zwei Stöcke geübt. In diesem Stadium ist der Schüler schon sehr beweglich und flexibel. Er verwendet Gewichtsverlagerungen, wechselt die Richtung, weicht aus, wendet und greift plötzlich unerwartet aus einem anderen Winkel an. Hier übt man, beide Arme *gleichzeitig* zu benutzen.

Sobald dieses beherrscht wird, führen wir eine Form des Freikampfes ein, die den Reflexen viel abverlangt. Denn die Stöcke erreichen eine so große Geschwindigkeit, daß das Auge ihnen nicht folgen kann. In diesem Übungs-Kampf (Sparring) werden zunächst nur die bisher gelernten Abwehren und Angriffe verwandt. Aber ständig werden weitere Angriffe und Abwehrtechniken dem Repertoire hinzugefügt und dann später im Sparring kampfmäßig geübt.
Dann wird der Schüler mit kürzeren Stöcken bis Kugelschreiberlänge vertraut gemacht. jede Waffe, die entsprechend kurz ist, kann benutzt werden. Mit diesen Gegenständen kämpfen wir dann gegen Angreifer, die mit längeren Stöcken bewaffnet sind.

one who has merely trained in it. My father explained that his sticks had been 'used' many times when he was a young man back in the homeland and also in the States, after he settled there at twenty-two years of age. Nowadays with good police protection in the towns the sticks were unnecessary. Also he had a lot of time-consuming responsibilities like running the Philippine Community Centre in Stockton and generally helping the Filipino community.

He said that many of the older men in the community had seen a lot of action back in the Philippines. Apart from wartime combat and the street contests that regularly took place on the islands, a lot of the men had often fought real duels with blades. Although they no longer train, these oldtimers can pick up the sticks at any time and use them effectively.

My father had started Escrima at sixteen – his mother gave him the money to go to college in Manilla, instead he went to an Escrima school for a year. The training was hard and the teachers showed no compassion with the students. If you didn't block you got hit hard. Some of the tests, he recalled, involved fighting your way through a line of stick wielding opponents and escaping from a three or four feet deep hole, whilst a ring of opponents stood above, beating you with their training sticks to keep you down.

My grandfather had been trained at the same school and my great-grandfather was a very renowned Escrimador in his day. He was also alledgedly a bandit and when he came down out of hiding from the mountains, to raid for food, the police couldn't handle him. My father remembers watching him practicing once – he said he looked very fierce.

I continued my training at **Angels'** school and with my father, whenever he had the time. In the evenings I also trained with a teacher named **Leo Giron** who taught me the fundamentals of the long stick or blade. There are many different styles of Escrima – part of my fathers system was called **Cinco Teros.** An uncle of mine, who was trained in the same system used to practice with me, as did a lot of the older men who were friends of my father. My interest in Escrima amused them and they would often launch a surprise attack at me to see my response. With them, the emphasis was always on the knife or bolo and consequently their techniques incorporated mainly slicing and cutting actions.

I tried to mix the different styles that I encountered in an effort to find what suited me best – the fastest way to hit . . . the most effective methods of moving, etc. I also worked on empty-hand techniques, which are also a part of Escrima, under a teacher named **Max Sarmiento.** I realized that the same techniques I had learnt with sticks would also work without them, with only slight modification. For example, with weapons you have to worry about a backlash – like a pull back along your arm with a blade after you have blocked the thrust – in an unarmed situation its different.

Weapons First

Unlike most of the popular martial arts, Escrima starts with weapons and finishes with empty-hand training. A beginner is taught how to use the sticks first (following the belief that in a real situation a fighter would prefer to be armed) and only when he can use them well, does he start on weaponless training. You start off in an 'ideal' situation – you both have a weapon (stick) of similar size (although you would be even better off if you had one and he didn't . . .).
Next, you go on to the more difficult situation when you are armed with a shorter weapon, than your opponent and gradually you reach the point where you have to defend yourself unarmed, against a weapon. These empty hand techniques are similar to Chinese, Japanese and Korean methods but the weapons techniques are quite different.

To start with weapons takes a lot of patience for someone who has constantly been told, and read in the media, that a fighting system starts with unarmed combat and goes on to weapons. We believe that in a real fighting system, the reverse is true . . . its just a matter of opinion.

Escrima in G.B.

When I was first posted over here, I began teaching Escrima to a few martial arts people. I was interested to see what their reactions would be – they liked it and I now have quite a number of students dotted around the country. I would like to see Escrima established as an art over here and eventually, if it is possible, I'd like to open my own school.

I strongly believe that Escrima has a lot to offer to law enforcement departments.

From what I have heard, although both the police and prison officers over here are armed with sticks, they receive little or no training in how to use them . . . To arm a professional person with a weapon and then not train him with it is ludicrous. Such training need not necessarily be very time-consuming either.

Basic Escrima skills would arm a man, whose job necessitates him carrying a stick, with both defensive and offensive ability – how to block and counter, where and how to hit, to either wind, stun, immobilize or otherwise stop an aggressor and so on In other words it would greatly increase the effectiveness of one of his prime functions – that of defending the peace.

All the police departments in the U.S.A. carry batons but they are all trained in baton work – the amount and extent of such training depends on the location of the department, some put a lot more emphasis on it than others.

In 1974 I demonstrated Escrima techniques to the Special Weapons and Tactics Unit (S.W.A.T.) of the Hampton Police Dept. Virginia. They were quite impressed and requested a basic course to add to their existing baton work. Before I could start though I got my orders to leave for England.

Escrima Basics

In the beginning, once a student is used to holding a stick, I teach the first five strokes – how to hit properly. Then how to block these five attacks – there are maybe five or six blocks to each stroke but initially, to keep it simple, I teach only three of them. Next, we go onto footwork – how to move and where to place the feet when executing the techniques. We work from a basic triangle △ on the ground and step forward, sideward, backward etc., at a fourty-five degree angle. The body is not necessarily held straight through – often its

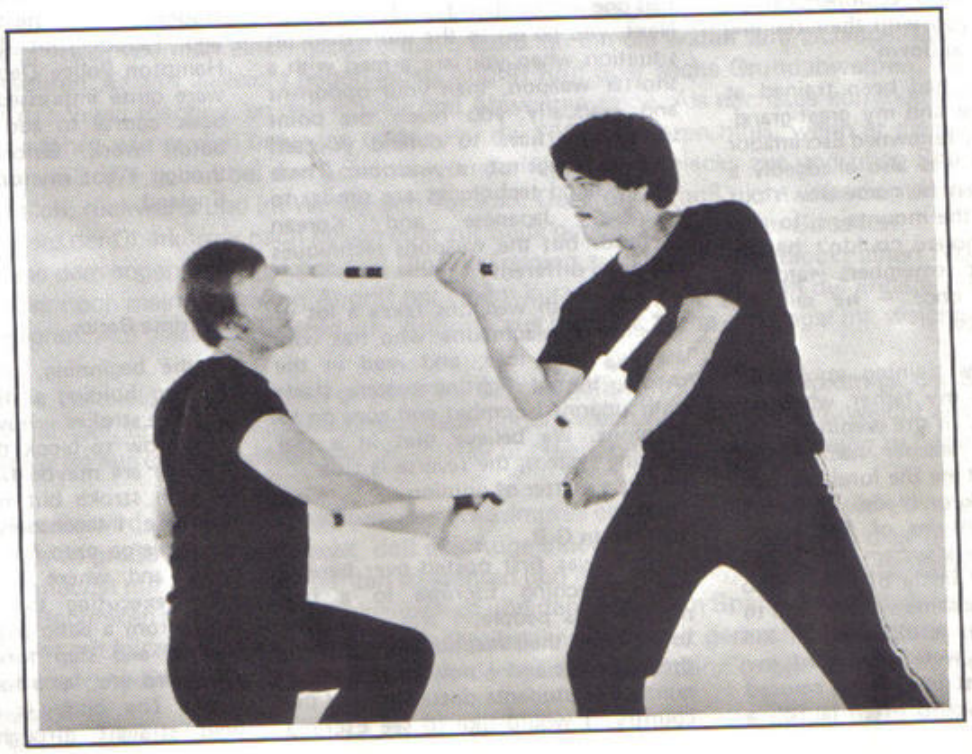
Es ist wichtig, daß ein Schüler die verschiedensten Situationen abzuschätzen lernt. Eine Technik oder ein Bewegungssatz, der bisher stets zum Ziele führte, kann plötzlich versagen, denn es gibt im Kampf zu viele Unbekannte. Z. B. die Waffe selbst ..... Wenn jemand mit einer Waffe angreift, die nicht sehr stark ist, vielleicht einem Regenschirm, dann läßt sich der Schirm mit der eigenen Waffe, möglicherweise sogar mit dem Arm, blocken. Falls die Waffe aber schwerer ist, ein Bleirohr oder ein Baseball-Schläger, dann wäre eine sonst richtige Abwehrbewegung zu riskant. In diesem Fall sollte man vielleicht mehr in den Gegner hineingehen und den Arm abwehren, der die Waffe hält.

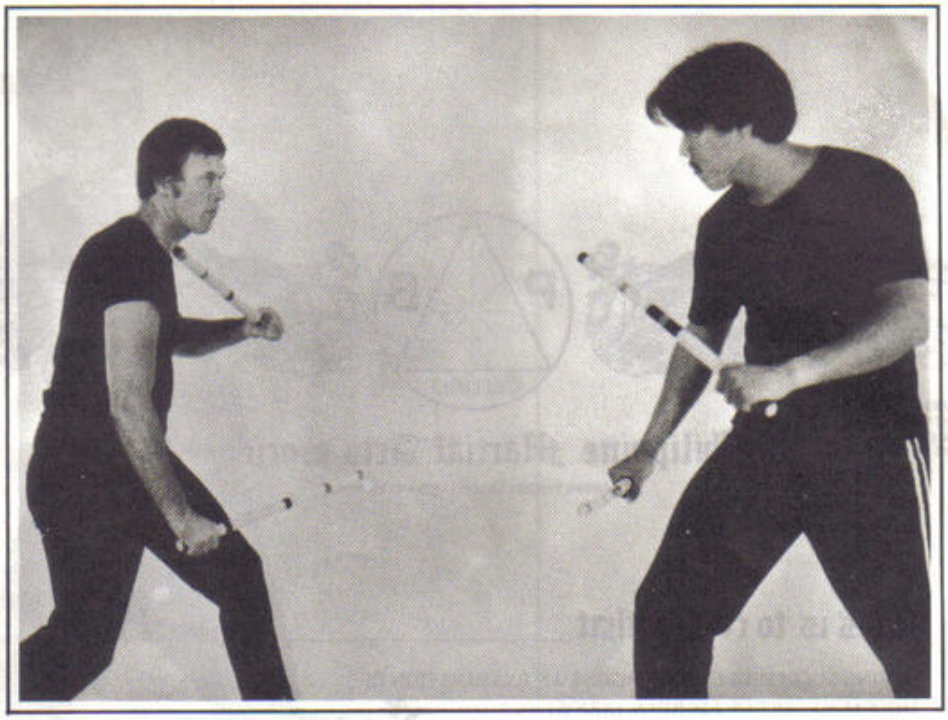
Alle Techniken, die wir mit dem Stock praktizieren, sind auf Klingen ebenso anwendbar. Aus Tradition tragen die meisten Bewohner der Philippinen Macheten, die sie zur Arbeit auf den Feldern benötigen.
Aber die alten Escrimadores halten den Stock der Klinge gegenüber für überlegen. Während eine Machete oder ein Schwert einen tiefen Schnitt zurückläßt, zerschmettert der gleiche Schlag, aber mit einem Stock, den Knochen und verursacht mehr Schmerzen und hat unmittelbare Wirkung.
Ein weiterer Gesichtspunkt ist, daß es das Ziel sein sollte, den Angreifer zu entwaffnen und unschädlich zu machen. Bei Verwendung einer Machete wird es sich aber kaum vermeiden lassen, daß wir den Gegner verstümmeln oder gar töten müssen.

Ich habe eine große Anzahl von Schülern, die von anderen Kampfkünsten kamen, und ich lasse sie ihre Stile weiter üben. Ich habe nichts dagegen, daß jemand verschiedene Methoden ausprobiert. Voraussetzung allerdings ist, daß der Schüler die verschiedenartigen Techniken und Prinzipien, die sich möglicherweise widersprechen, auseinanderhalten kann. Zumindest solange, bis er ein Stadium erreicht hat, in dem es ihm möglich ist, die verschiedenen Methoden *sinnvoll* zu kombinieren.

Obwohl ich nicht sehr davon begeistert bin, habe ich ein Graduierungssystem - ähnlich wie im Karate usw. üblich - für Escrima eingeführt.

Escrima hat ursprünglich nämlich keines. Aber die Erfahrung hat mir gezeigt, daß die Schüler heute ein Graduierungssystem erwarten, damit sie sich über ihren Stand und die erlernten Techniken im klaren sind. Deshalb habe ich entsprechende Prüfungen und Abzeichen festgelegt.





curved away – depends on the situation.

We move on then to what I call 'lock and block' training – the student blocks a stick attack and then a second attack is made with a short stick held in the other hand, which he must also block and control. This way they get experience in blocking attacks from many angles from either hand. Then they practice one stick against two. Around this stage the students should be getting very manoeuvreable. Shifting their weight suddenly, changing direction, dodging rapidly and attacking from unexpected directions, using both hands at once.

Once they are proficient in this, a form of free-sparring is incorporated, which is very demanding on the reflexes, as the sticks, in trained hands, can move faster than the eye can follow. In the sparring, the student only uses the attacks and blocks he has learnt, so when you block a stroke you make a return to one of the five points.

Progression is made on these lines, more strokes are taught and then more blocks to combat them and these are then worked into the locking and blocking – double and single stick and then eventually into the sparring, thus constantly increasing the repertoire.

Shorter sticks, down to palm size are then introduced - any weapon that is short and carryable can be incorporated into the system. They learn to use these against opponents armed with longer sticks. It is vital that a student learns to appraise different situations. A technique or series of techniques that has worked successfully once may not do so again – there are so many variables in fighting. The weapon for instance . . . if someone comes at you with a weapon thats not very strong – say a stick or an umbrella – then you could block it with your weapon or, on occasions, with your arm. If however the weapon was heavier – a lead pipe or baseball bat – then such a defense is too risky. You would maybe move in closer, get tighter and block the arm holding the weapon.

All the techniques we perform with sticks are applicable with a bladed weapon – its a traditional thing, most of the island people in the Philippines carry machetes for their work, farming etc. Amongst the old Escrimadors, the stick is considered in many cases, to be more effective than the blade. Where a machete or sword strike will leave a deep cut, that ultimately may be more punishing, the same hit with a stick will shatter the bone, will result in more intense pain and have a more immediate effect. Another consideration of course is that the idea should be to disarm an aggressor and render him incapable of further attack. With a machete or a knife there is every chance that you will maim or even kill him.

The usual length of stick for practice is twenty-four inches, made ideally of rattan – a fibrous wood and about three-quarters of an inch to one inch in width.

The last thing taught in Escrima is empty-hand work against weapons. Again, the techniques with very little modification are transferable to weapons use. Many of the hand movements I teach are based on having a knife in the hand . . . when I block I quite often use both hands (depending upon the situation of course) – one hand will make the actual block, whilst the other 'cuts' across his wrist or arm, simulating a knife technique.

I have had quite a number of students came to me from other martial arts – I never interfere with their own systems if they have one. I am all for people learning different approaches, providing they can keep all the different principles and techniques separate in their head, until they reach the stage where they have the ability to effectively combine them.

Although I am not particularly in favour of it, I have recently introduced a progressive grading system, similar to the Karate one, into Escrima. Traditional Escrima doesn't have one, but my experience is that nowadays, students expect a grading system to show their status and degree of skill. I feel Escrima has a better chance of 'catching on' if I update it in this respect.

HEADQUARTERS
12 Brodia Rd
London N16
01 249 2714

Philippine Martial Arts Society

SINING PANDIPENSA NG LIPUNANG PILIPINO

This is to certify that _____ Reg No S.K.4.

HAVING SUCCESFULLY UNDERGONE AN EXAMINATION IN
THE P.M.A.S. ART OF ESCRIMA. (ARNIS)
ON THIS DAY HAS BEEN AWARDED THE GRADING FIRST.
THIS RANK IS VALID IN ALL P.M.A.S. AND AFFILLIATED DOJO'S

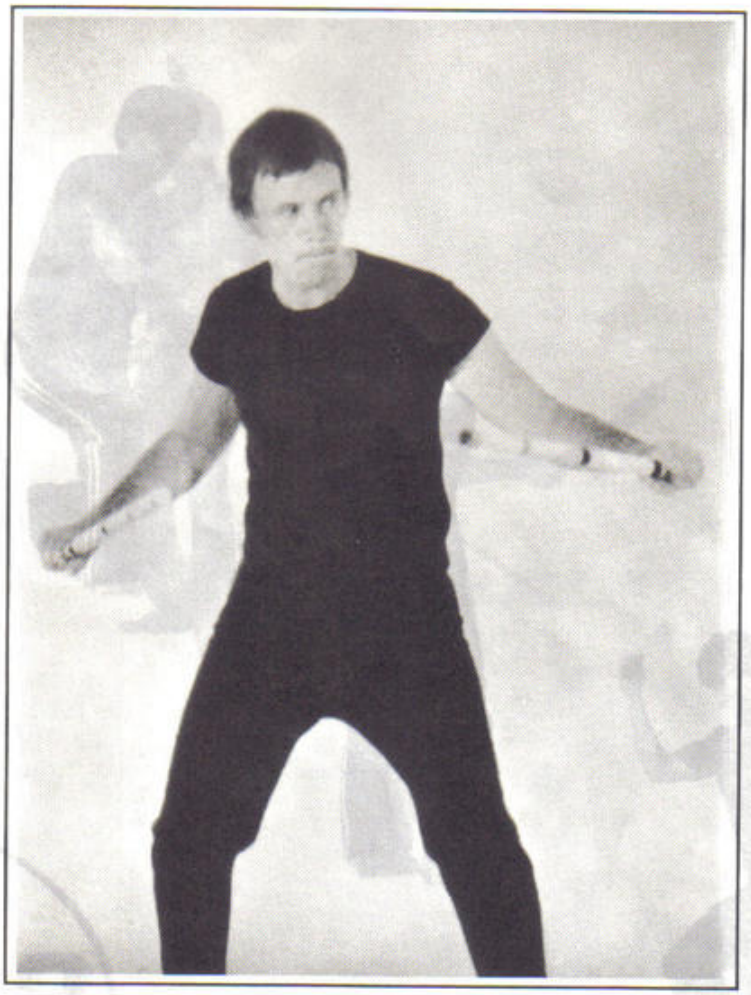
EXAMINED BY Bill Newman
23 AUGUST 1978.

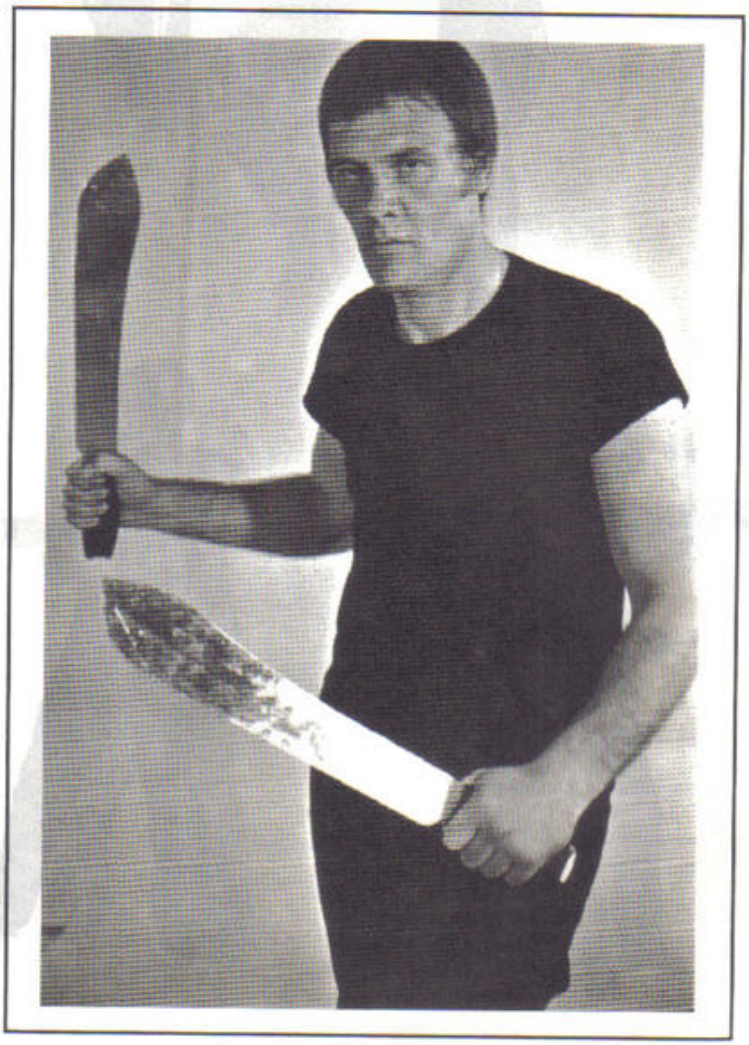
DISCIPLINE
CHIEF INSTRUCTOR. Rene Latosa
U.K. INSTRUCTORS
W.M. Newman – B.W. Jones
W. GERMAN REPRESENTATIVE
K. Kernspecht

INSTRUCTOR. RENE LATOSA.
DOJO KIEL.

P.M.A.S. - Urkunde

P.M.A.S. Certificate





B

Escrima

Der Escrima-Stock

Material: Rattan-Holz, leicht elastisch. Aber auch andere Holzarten können verwendet werden. Um Verletzungen durch Splittern und Brechen (siehe Foto unten) zu vermeiden, sollte der Stock mit Klebestreifen umwickelt werden.
Länge: Ca. 60 cm oder mehr.

Einteilung und Markierung für Schüler:

a. Griff
b. Mittelteil zum Blocken
c. Ende zum Angreifen, Schlagen

The Escrima-Stick

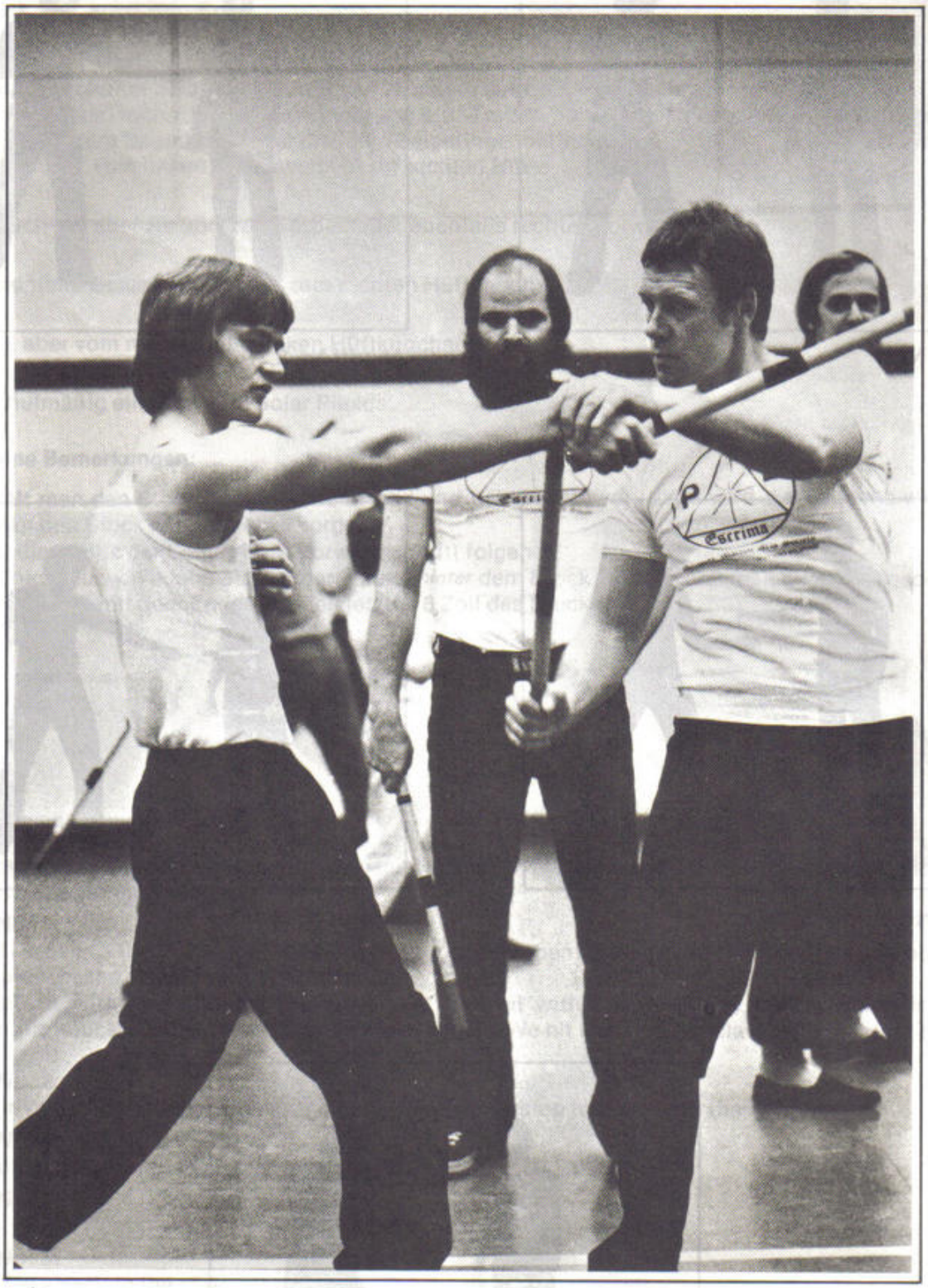
Material: Rattan, light, flexible, but other kinds of wood can also be used. To avoid accidents (see following photo) the stick should be taped.
Length: about 24 inches or more.

Marking for students:

a. grip
b. middle part for blocking
c. end for striking

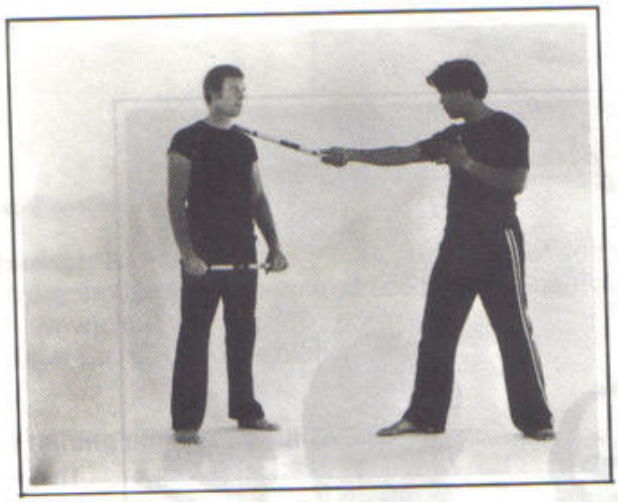
Bill Newman hat mit einem starken Block seines Stockes [rechts verdeckt] Rene Latosa's Stock zerbrochen und holt jetzt zum zweiten Gegenangriff aus.

Bill Newman has broken Rene Latosa's stick with a strong block with his stick, now he is about to deliver a counterattack.



Escrima-Unterricht in Deutschland, 1979

Escrima-Class in Germany, 1979



Angriff Nr. 1

Angriff Nr. 2

Angriff Nr. 3

Angriff Nr. 4

Angriff Nr. 5

Die fünf Grundangriffe

Natürlich gibt es mehr als nur fünf Angriffsarten. Es ist dies nur eine grobe Einteilung, die Lehrer und Schüler den Unterricht erleichtert. So bedeutet Angriff Nr. 5 für den Fortgeschrittenen jeglicher Stoß mit dem Stock z. B. auch zum Kopf.

Nr. 1
Diagonaler oder vertikaler Schlag zur linken Körperhälfte mit leicht gebeugtem Arm. Die Kraft kommt nicht aus der Schulter oder dem Ellenbogen, sondern aus dem Handgelenk.
Der rechte Vorwärtsschritt leitet die Bewegung ein. Treffen soll die imaginäre »Klinge« des Stockes, die sich zwischen dem Daumenknöchel und dem Zeigefinger befindet.
Schlagrichtung: vom linken Schlüsselbein zur rechten Hüfte.

Nr. 2
Gleicher Schlag, aber zur anderen Körperseite, ebenfalls rechter Vorwärtsschritt.

Nr. 3
Ein horizontaler Schlag vom linken zum rechten Hüftknochen.

Nr. 4
Wie Nr. 3, aber vom rechten zum linken Hüftknochen.

Nr. 5
Grundschulmäßig ein Stoß zum Solar Plexus.

Allgemeine Bemerkungen:

Zuerst hält man den Stock in der rechten Hand und geht rechts vor, dann wird die Sequenz wiederholt, indem man den Stock hält und links vorgeht.
Beim Schüler sollte der Schlag dem Vorwärtsschritt folgen.
Man soll nicht zu weit ausholen, sondern stets *hinter* dem Stock sein, so daß man durch ihn gedeckt ist.
Geschlagen wird mit dem Ende oder den letzten 6 Zoll des Stockes.

The Five Basic Attacks

Of course there are more than only five basic attacks. This is only a very rough classification, which makes it easier to teach and learn Escrima.

Attack No. 1:
Diagonal strike to the left part of the body with a slightly bent arm. We do not generate the power from the shoulder or the elbow, but from the wrist.
The right step forward initiates the movement. We hit with the imaginary blade, which is situated between the knuckle of the thumb and the index finger. We hit from the left clavicle to the right hip.

Attack No. 2:
Same strike but to the other side of the body. We always step forward with the right foot.

Attack No. 3:
A horizontal strike from the left to the right hip-bone.

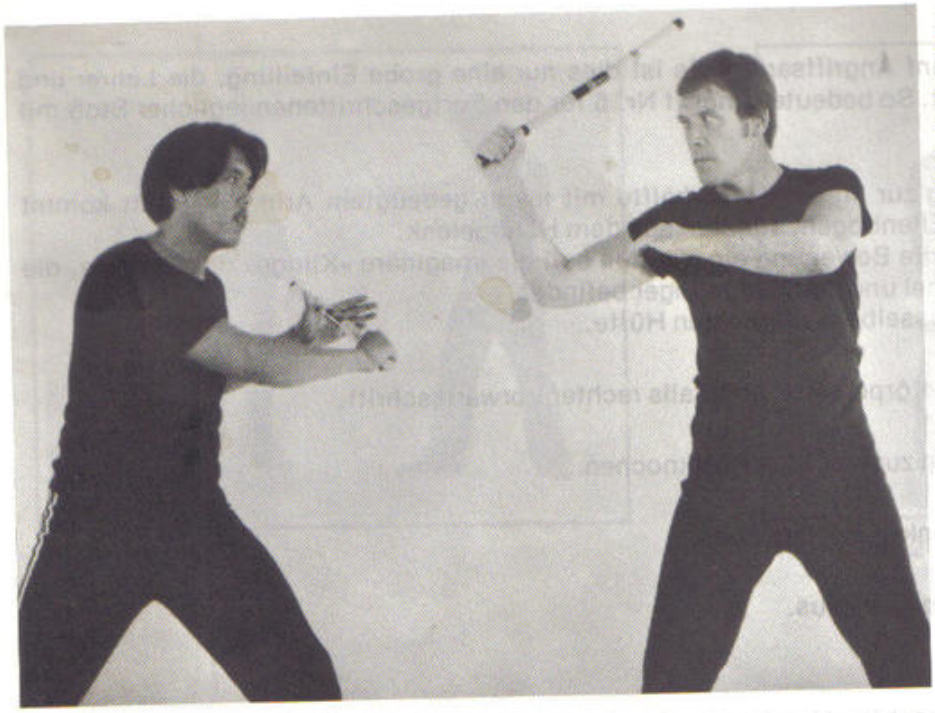
Attack No. 4:
Like No. 3, but from the right to the left hip-bone.

Attack No. 5:
A stabbing attack to the solar-plexus.

General remarks:

First hold the stick in your right hand and take a right step forward. Then the sequence is repeated by holding the stick in the left hand and stepping forward on the left. The student should first step then strike. The student should always be *behind the stick* so that he is covered all the time. The last six inches ot the stick are for hitting.

1



Abwehr gegen einen Nr. 1 Angriff

Der Verteidiger schlägt mit dem Stock über den Rücken des gegnerischen Handgelenks mit einem Außenblock. Seine linke Hand unterstützt den Stock, um der Abwehr mehr Kraft zu verleihen.

Defense against a No. 1 Attack

The defender drawing back to the left strikes across the back of the attacker's wrist with an outside block. His left hand backs up the stick to give more power to the defense.

2

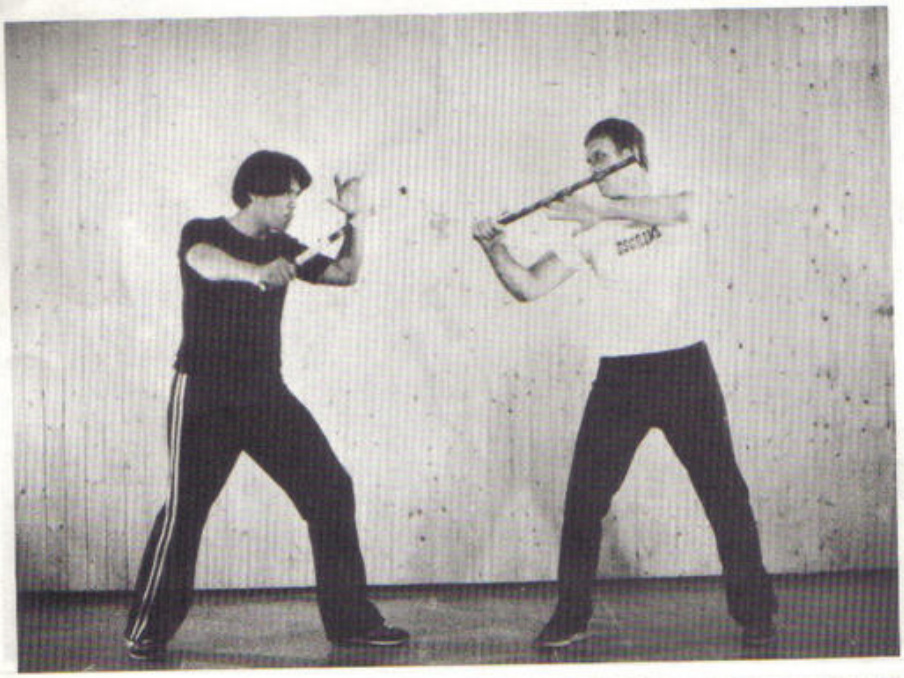
Abwehr gegen einen Nr. 1 Angriff

Latosa wendet nach links, blockt direkt gegen Newmans Handgelenk und benutzt den Stock und die linke Hand, um den Gegner zu kontrollieren und ihn aus dem Gleichgewicht zu bringen. Dann beendet er den Kampf mit einem Nr. 5 Angriff zum Kehlkopf.

Defense against a No. 1 Strike

Latosa moves to the left, blocks directly onto opponent's wrist and uses stick and left hand to control opponent and draws him down. He then finishes with a No. 5 strike to the throat.

3



Abwehr eines Nr. 1 oder Nr. 2 Angriffes

Zur Abwehr wird ein gedrehter Schlag gegen den Handrücken verwendet. Während seine Hand kontrolliert wird, trifft der Gegenangriff seine Schläfe.

Defense against a No. 1 or 2 Strike

Move the body to the left, perform a reversed strike to the back of opponent's hand. Control him with your free hand and finish with a strike to his temple.

E

Abwehr gegen Angriff Nr. 2

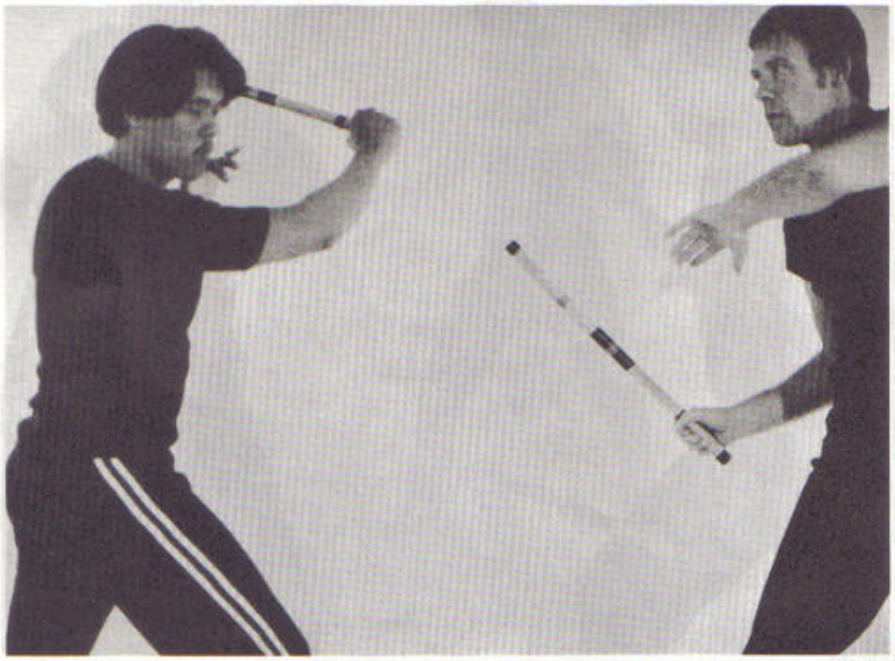
Der Verteidiger benutzt einen Außenblock Nr. 2. Hier ist es von größter Wichtigkeit, daß der Verteidiger nicht mit seinem Stock nach dem Stock des Gegners langt. Er muß warten, bis der Stock des Angreifers zu ihm kommt. Der Schlag wird gestoppt, indem man Stock mit Stock und Hand mit Hand abwehrt (jeweils 50%)!

Defense against a No. 2 Strike

Defender uses a No. 2 outside block.

Here it is most important to wait for the attacker to come to you, rather than to reach for his stick. You must receive the blow stick to stick and hand to hand with equal power (50 per cent each)!

5

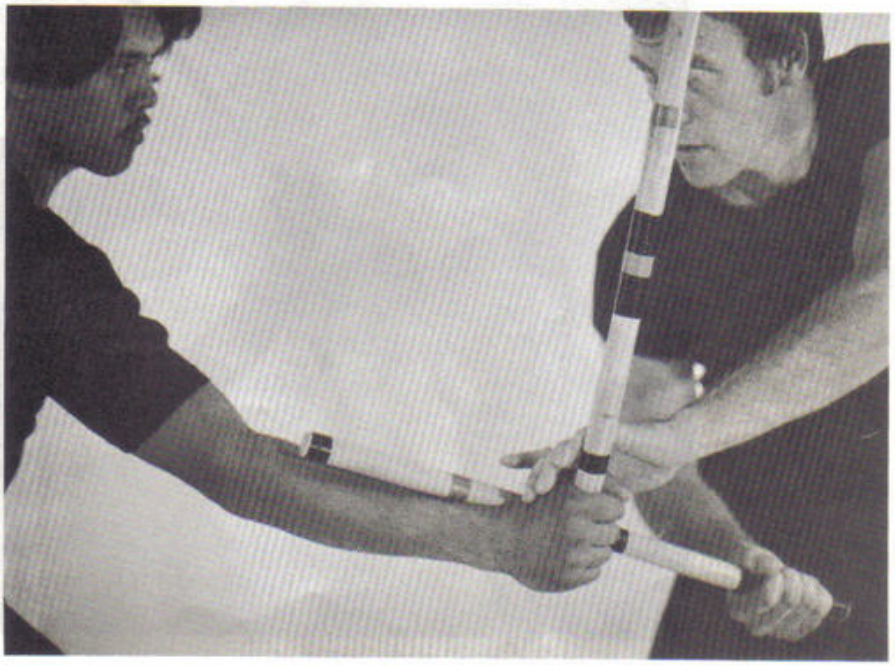


Abwehr gegen Angriff Nr. 2

Der Verteidiger verwendet einen inneren Nr. 1 Block direkt gegen das Handgelenk des Angreifers, kontrolliert ihn und schlägt zum Hals.

Defense against a No. 2 Strike

The defender using an inside No. 1 block directly to opponent's wrist, controls opponent and strikes his throat.



6

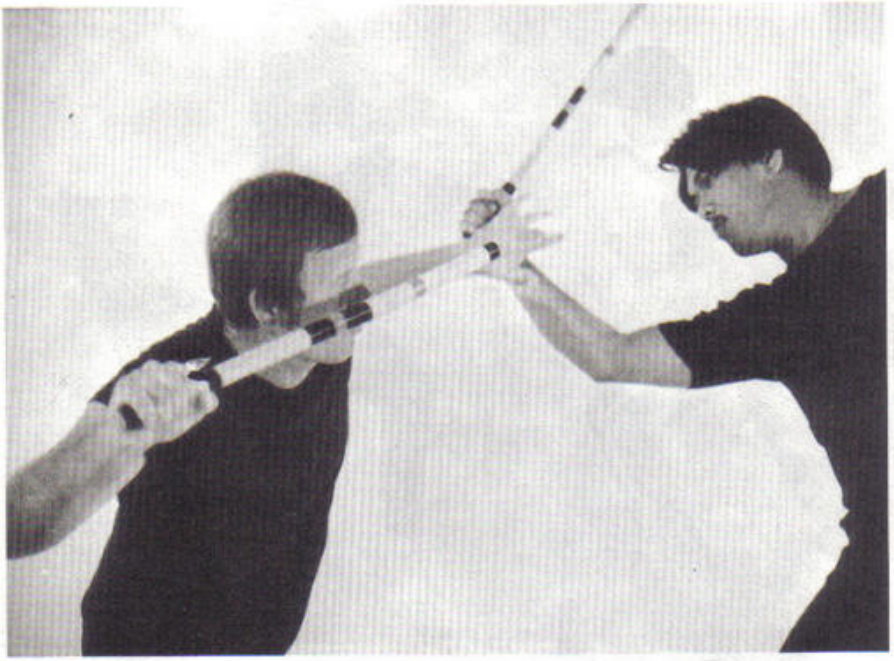
Verteidigung gegen Angriff Nr. 2

Der Verteidiger blockt mit einem »Dachblock« direkt das Handgelenk des Angreifers, kontrolliert dessen Hand und stößt zum Hals.

Defense against a strike to the No. 2 area.

The defender using a roof-block blocks directly onto opponent's wrist and finishes with a stab to the attacker's throat.

E



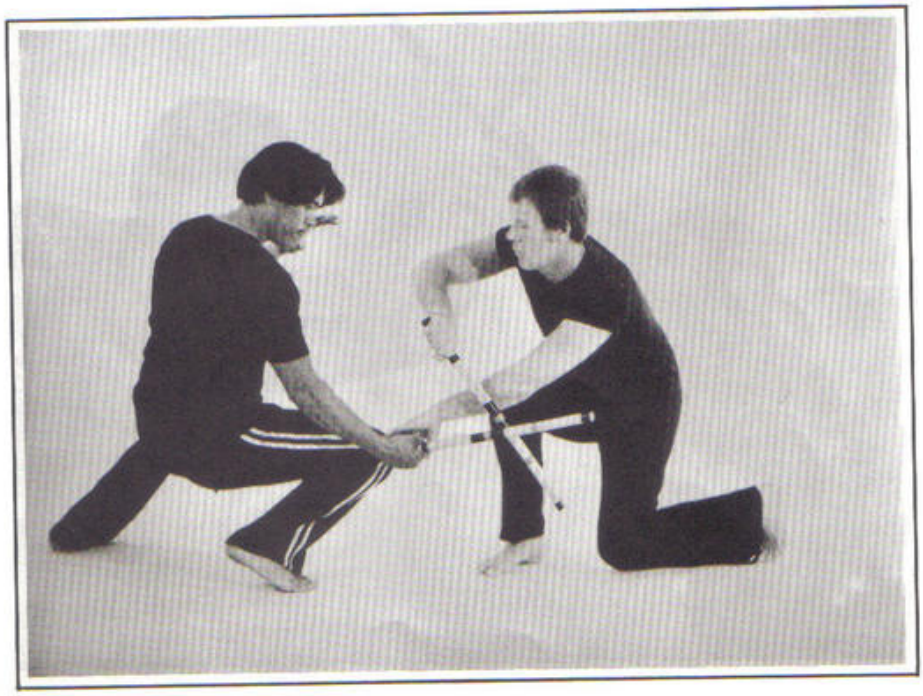
7

Abwehr gegen einen Nr. 3 Angriff

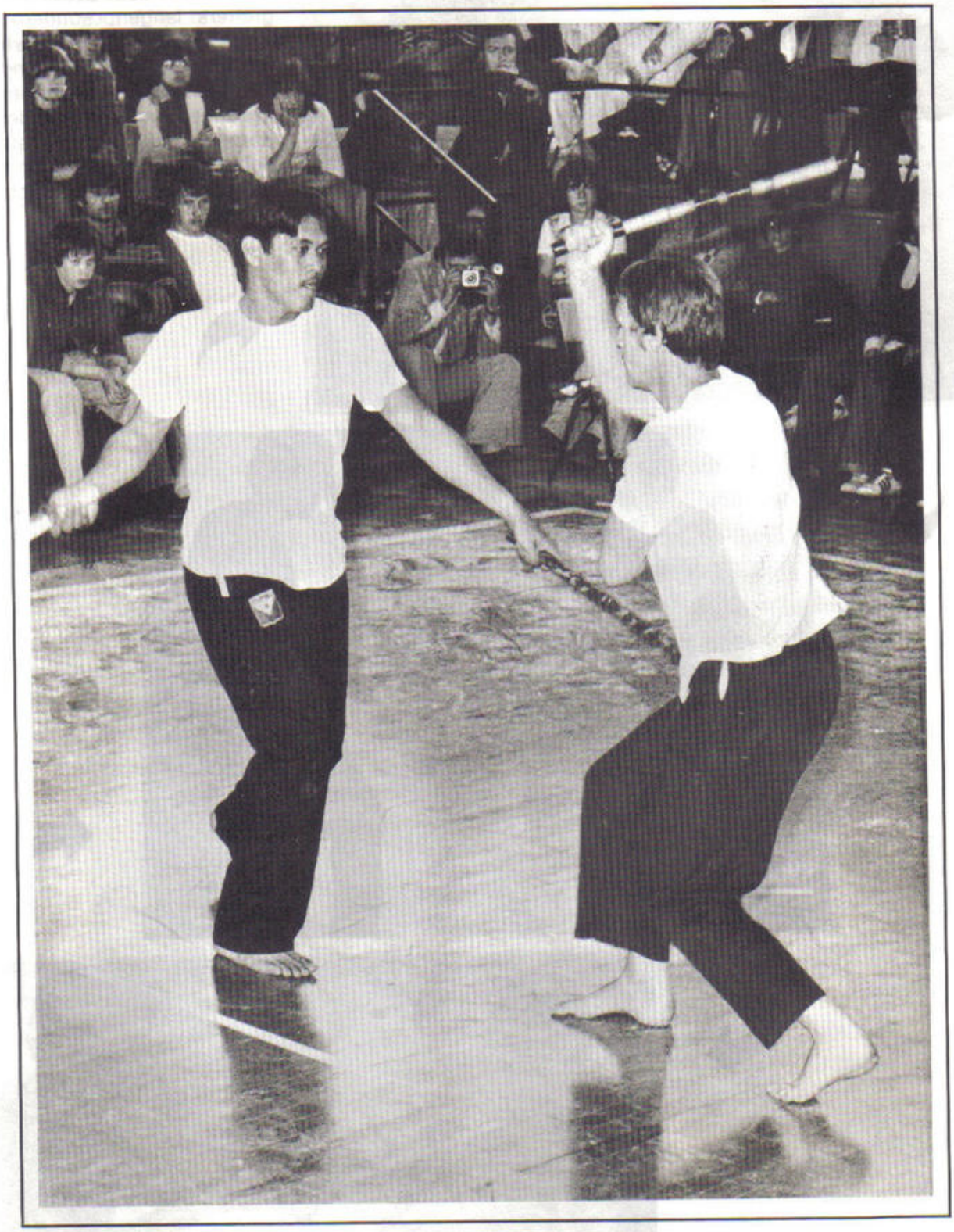
Der Verteidiger wehrt mit Hand und Stock gleichzeitig mit einem Nr. 3 Innenblock ab.

Defense against a Nr. 3 Strike

The defender blocks with a No. 3 Block using hand and stick simultaneously.



E

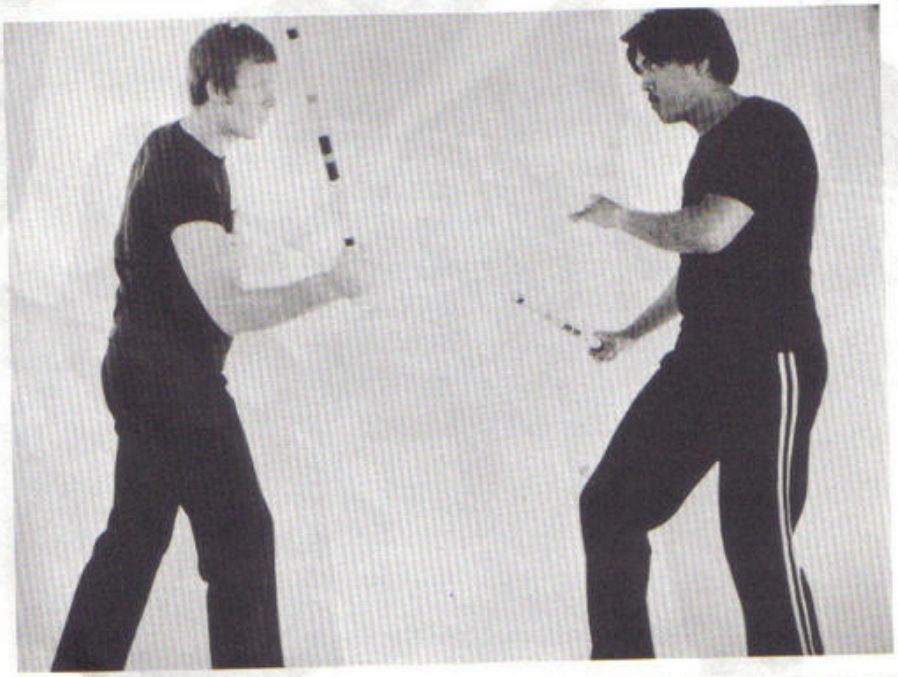


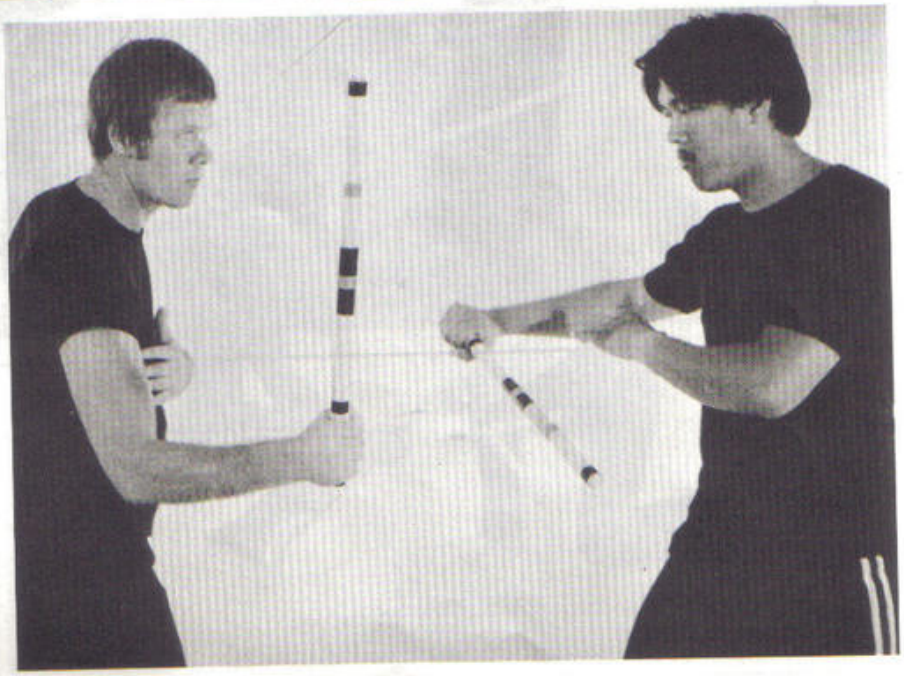
Escrima in England

8

Abwehr gegen einen Angriff Nr. 3

Man darf nicht mit seinem Stock nach dem Stock des Angreifers langen, sondern man muß auf den Angriff warten. Nach der Abwehr mit Hand und Stock kontrolliert man die gegnerische Hand und beendet den Kampf mit einem starken Schlag auf das Handgelenk, dann zum Hals oder Gesicht.





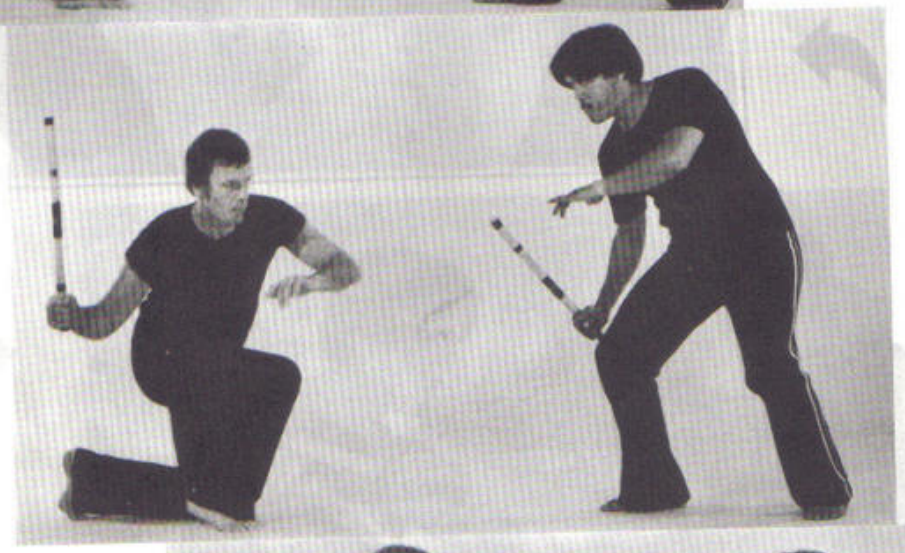
Against a No. 3 Strike

You must be well-balanced and must not reach for the opponent's stick. Wait for the stick to come to you. After blocking use free hand to control the attacker and finish with a strong blow to his wrist, then neck or face.

9

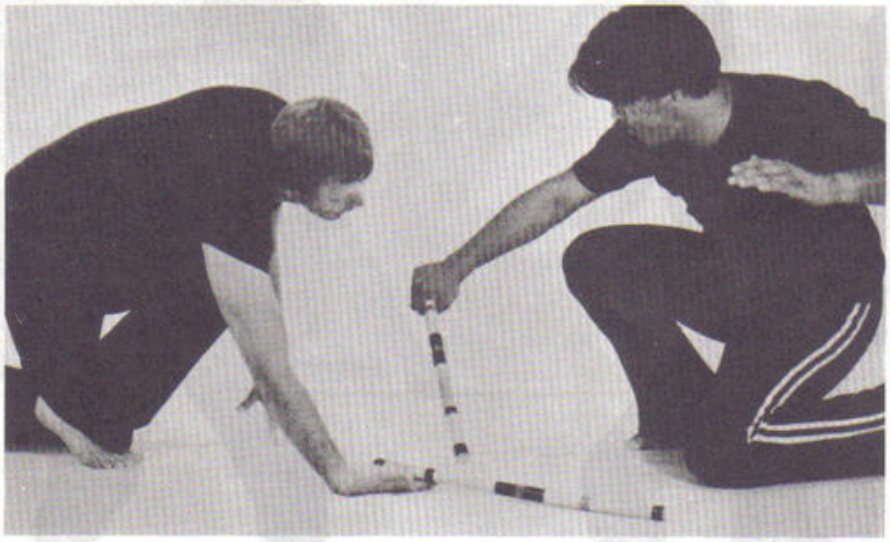
Abwehr gegen einen Nr. 3 Angriff zum Knie

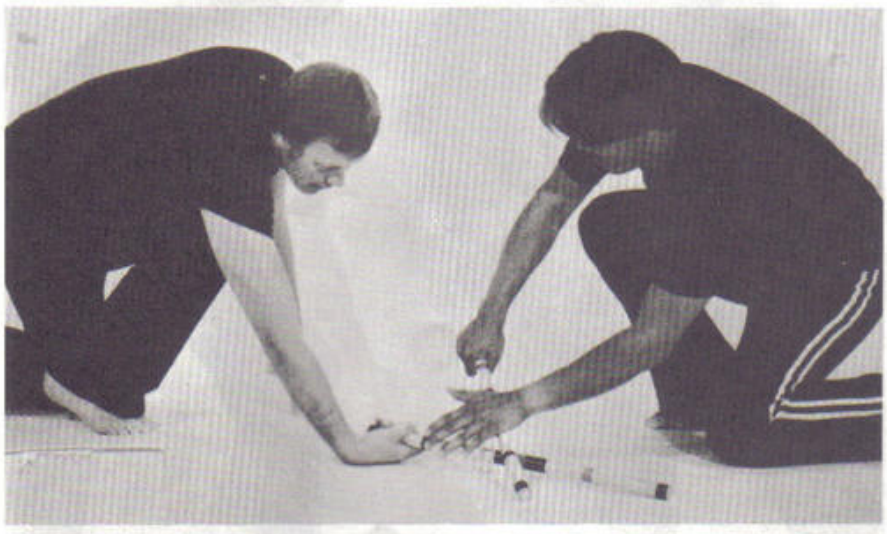
Der Verteidiger wehrt mit einem inneren Nr. 3 Block ab, kontrolliert den Angreifer und schlägt zum Kopf. Bei allen tiefen Angriffen muß der Verteidiger den Angriff abwarten und gutes Gleichgewicht halten.



Defense against a low No. 3 attack to the knee.

Defender uses a No. 3 inside block and strikes to the face. On all low attacks the defender must not reach for opponent's stick but must go down well-balanced and wait for the stick to come to him.





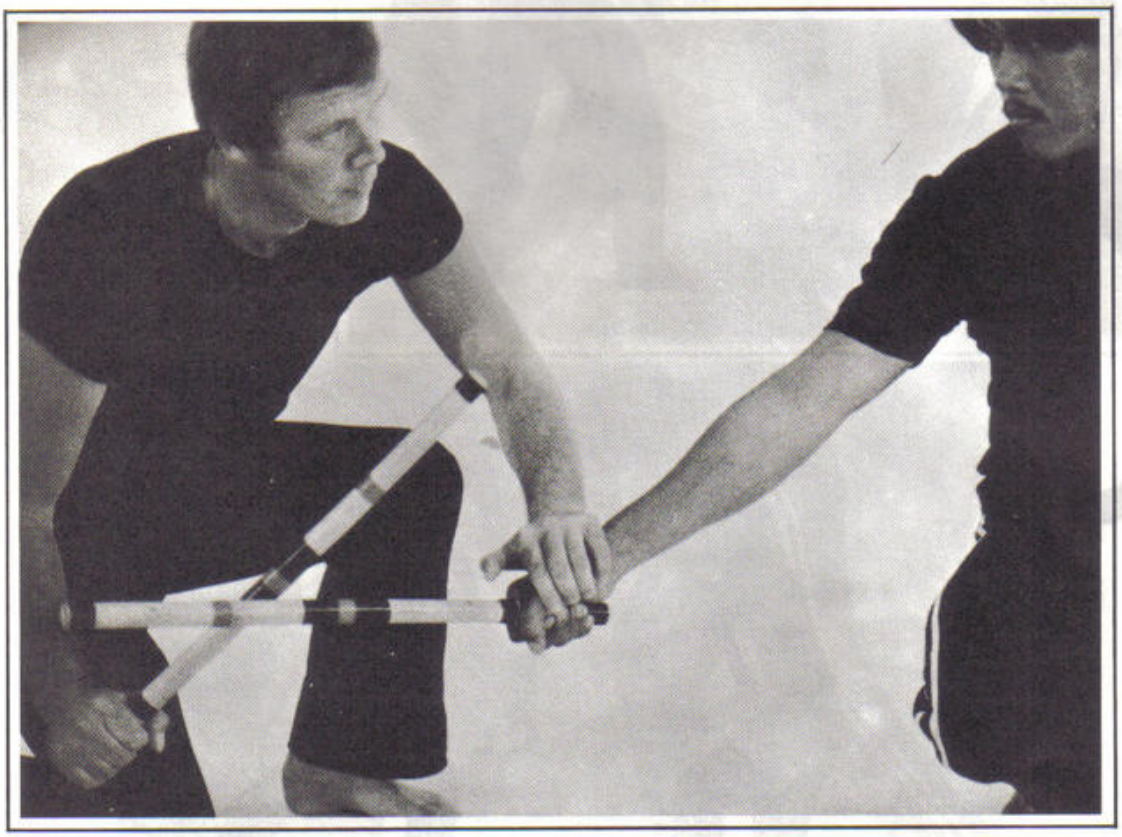
10

Abwehr gegen einen tiefen Nr. 4 Angriff

Der Verteidiger verwendet einen äußeren Nr. 2 Block, indem er eine tiefe Stellung einnimmt.

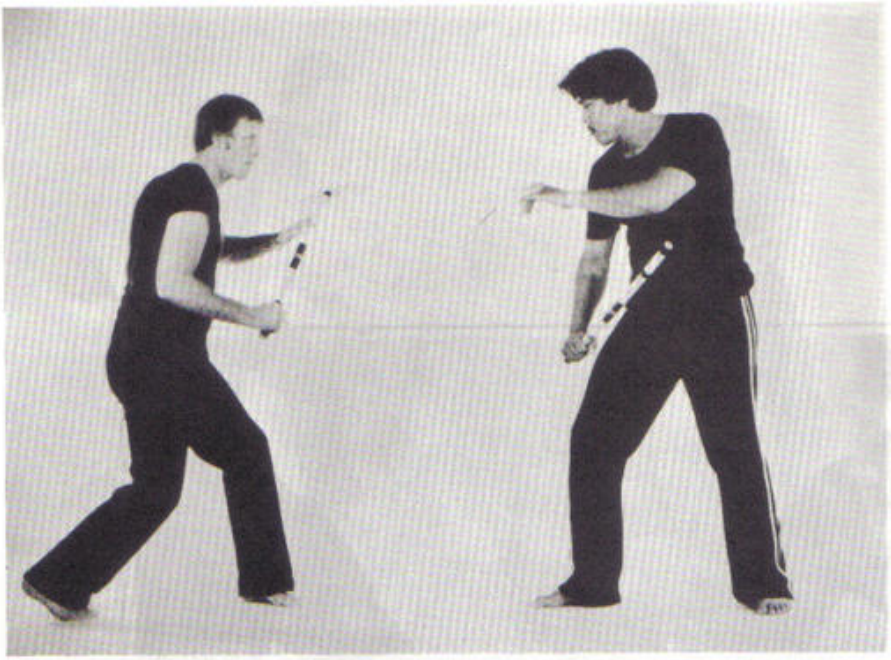
Defense against a low No. 4 Attack

The defender uses a No. 2 outside block going down low.



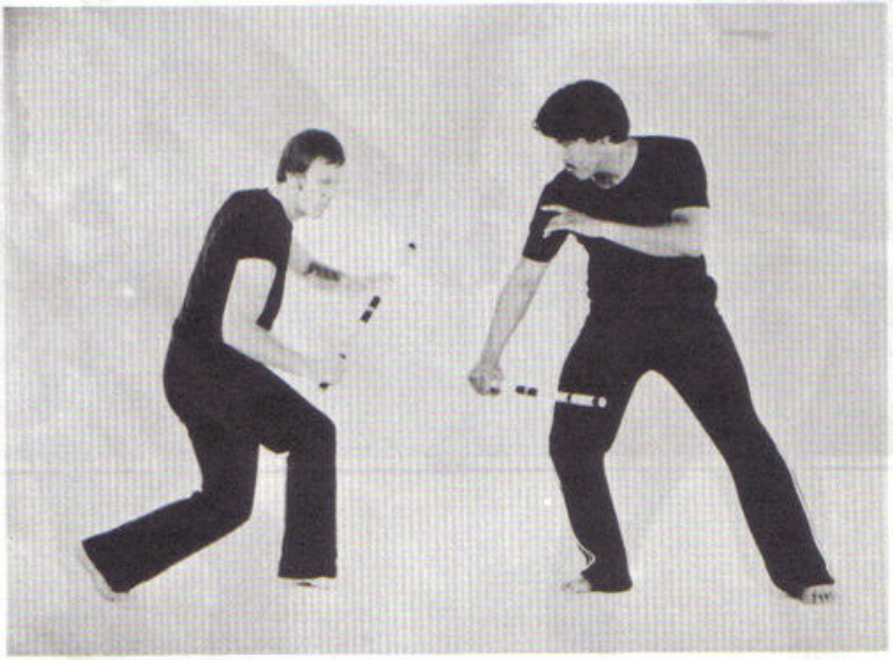
E

11



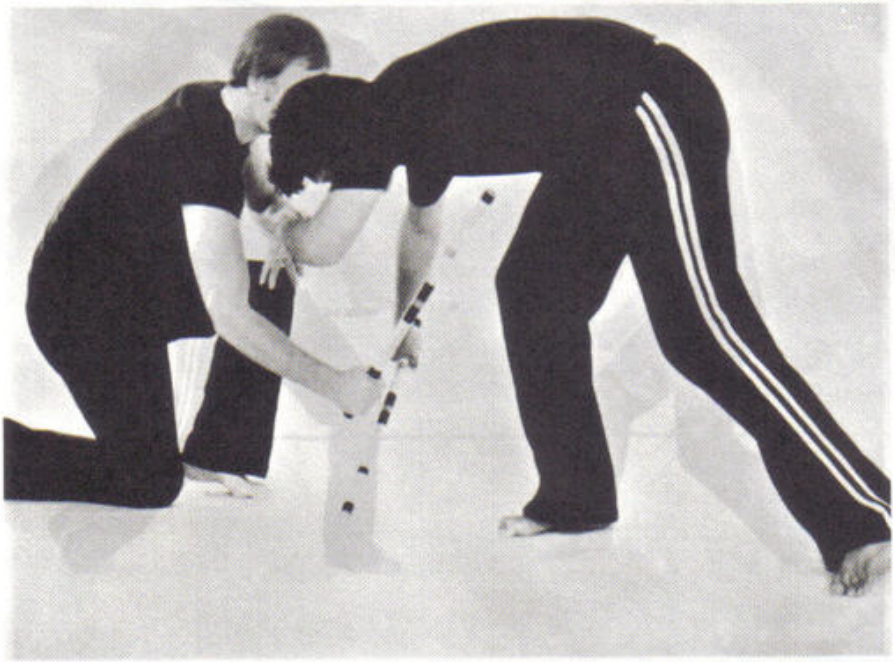
Abwehr eines tiefen Angriffes Nr. 4

Der Verteidiger wehrt mit einem tiefen Außenblock (50% Hand, 50% Stock) ab und macht den Angreifer mit einem Nr. 5 Stoß zum Solar Plexus unschädlich.



Defense against a low No. 4 Attack

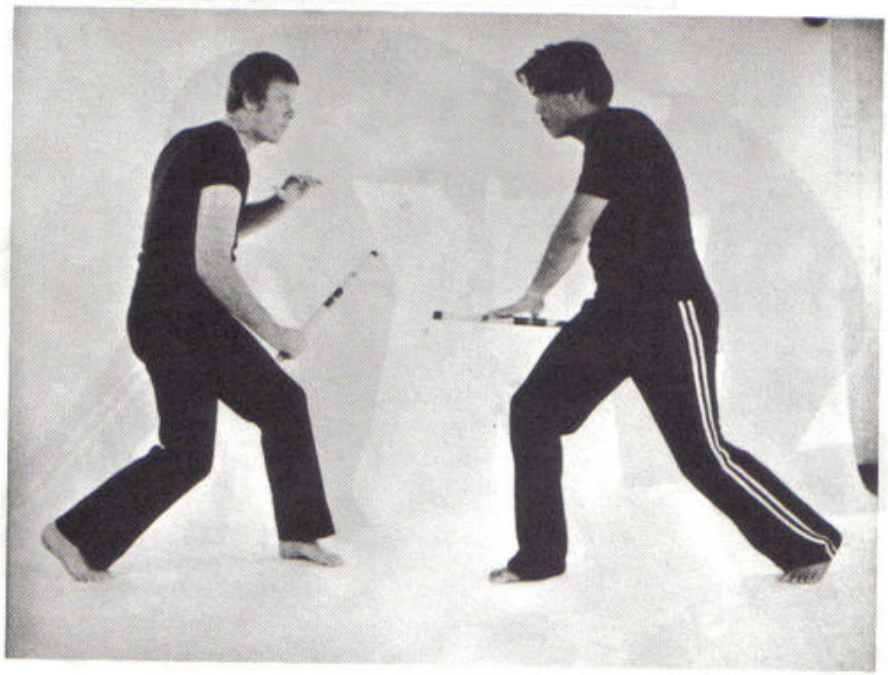
The defender using an outside block (50% hand, 50% stick) finishes attacker with a No. 5 stab to the Solar Plexus.



12

Abwehr gegen einen Angriff Nr. 5

Der Verteidiger blockt mit einer äußeren Nr. 2 Abwehr. Er benutzt die Mitte seines Stokkes und kontrolliert gleichzeitig die Hand des Angreifers.



Defense against a No. 5 Attack

The defender using an outside No. 2-Block blocks with the middle of the stick and controls opponent's hand.

E

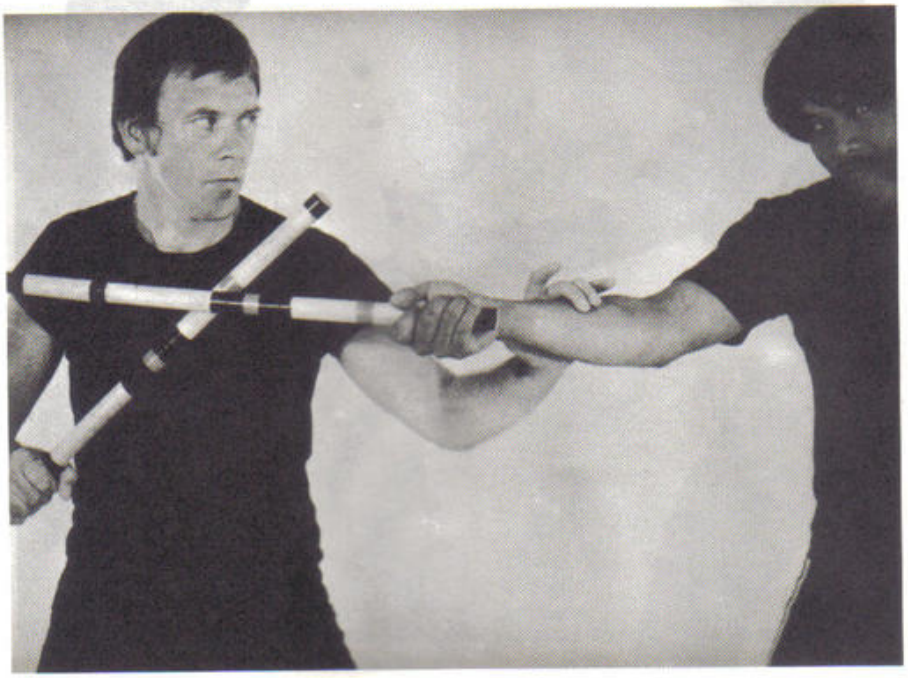
13

Verteidigung gegen einen Nr. 5 Angriff [Stoß]

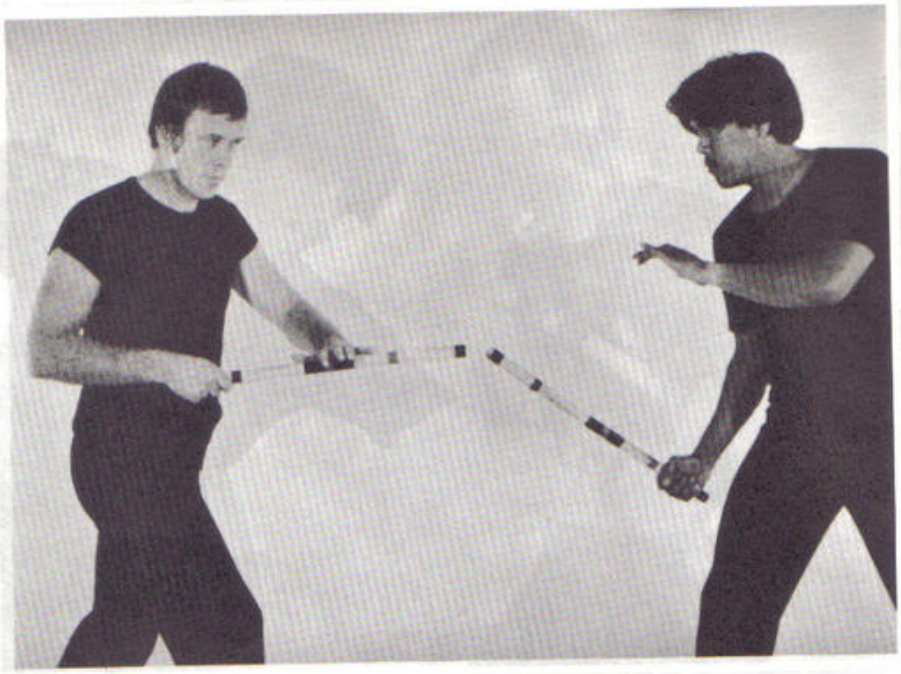
Der Verteidiger wehrt mit einem Außenblock ab, kontrolliert die Stockhand des Angreifers und beendet den Kampf mit einem Stoß zum Auge.

Defense against a No. 5 Stabbing Attack

The defender uses an outside block, controls opponent's hand and counterattacks with a stab to the eye.

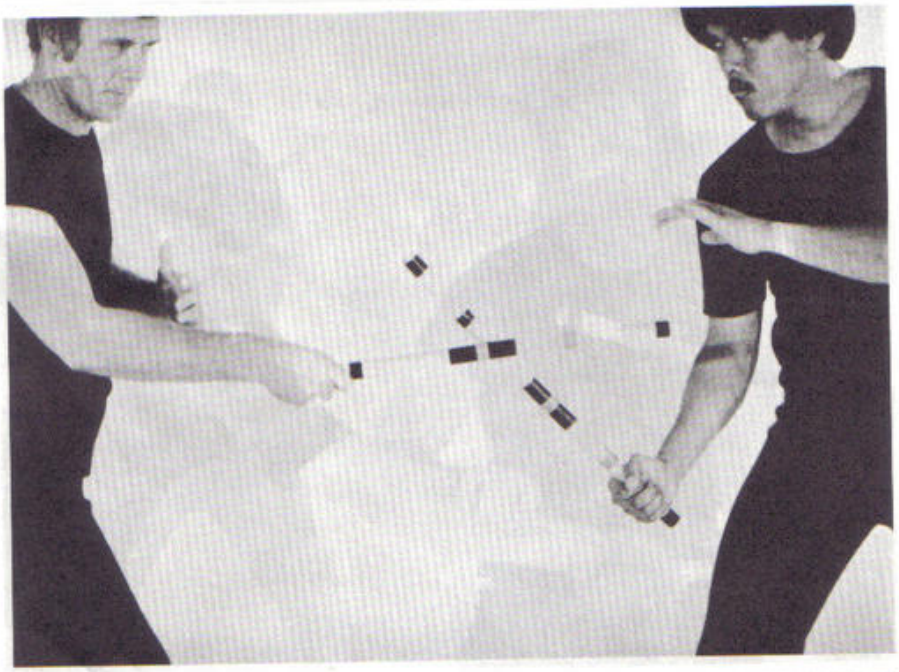


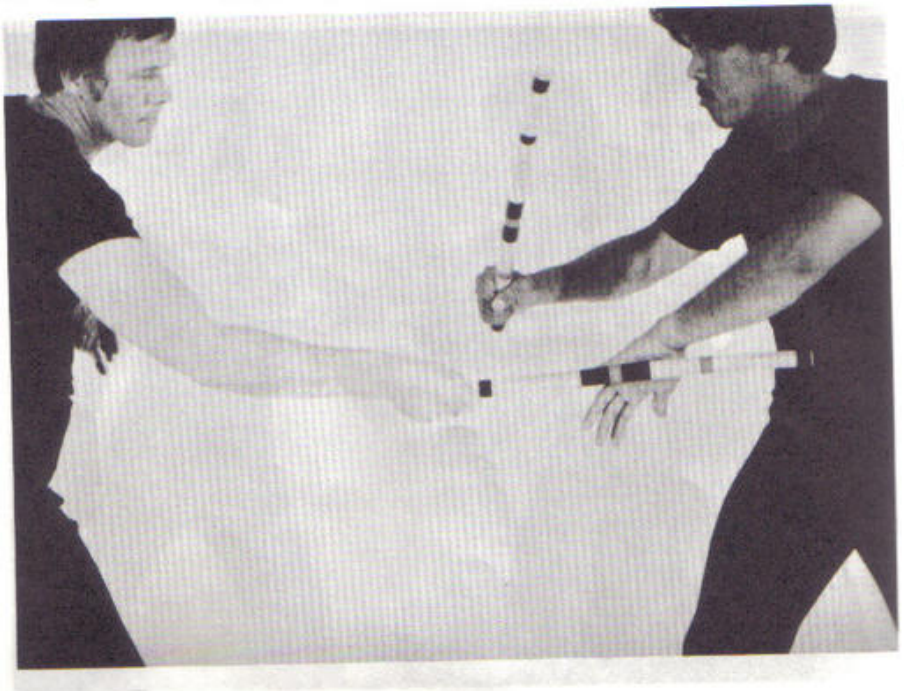
14



Abwehr gegen einen Nr. 5 Angriff [Stoß]

Der Verteidiger wehrt mit einem Innenblock ab und führt einen starken Schlag zum Hals.





Defense against a No. 5 Stabbing Attack

The defender parries using an inside block and finishes with a strong blow to the neck.

E

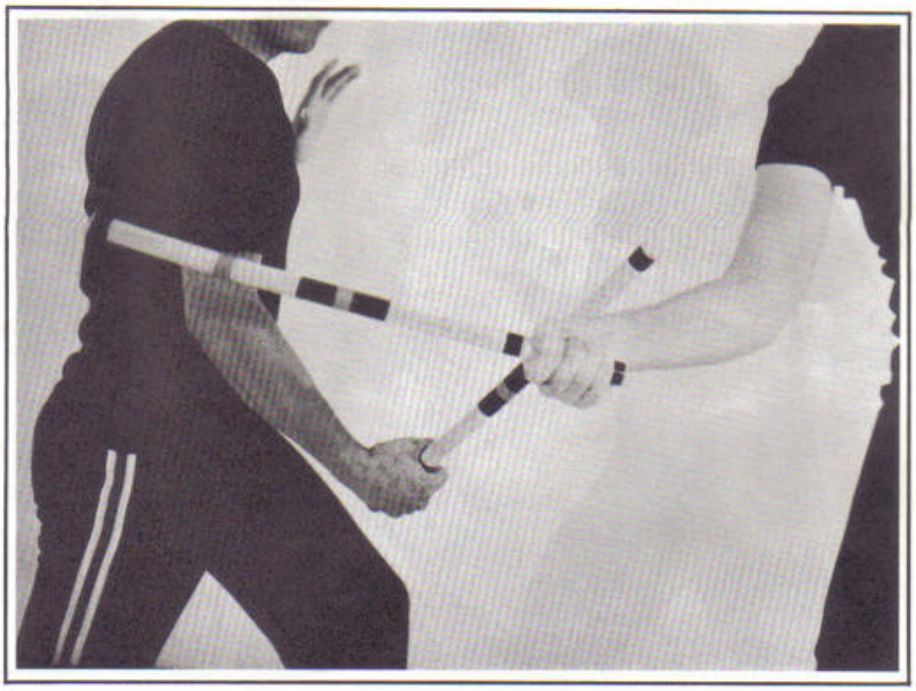
15

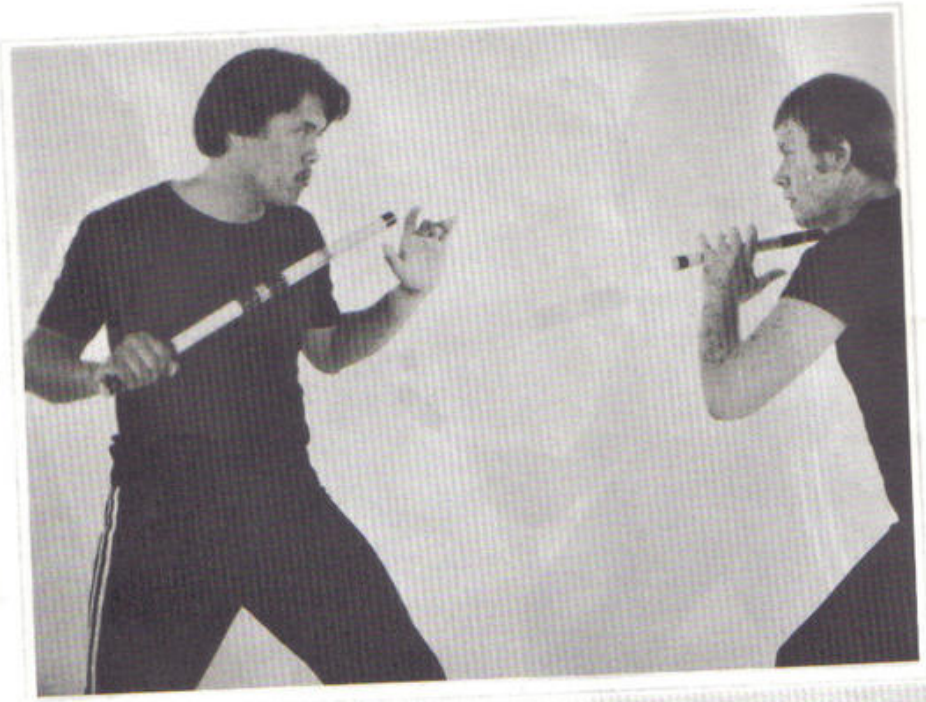
Abwehr gegen einen Angriff Nr. 5

Der Verteidiger leitet den gegnerischen Stock an sich vorbei, kontrolliert die Hand des Angreifers und schlägt auf dessen Handgelenk.

Defense against a No. 5 Attack

The defender guides the attackers stick past him, and controlling opponent's stick-hand he strikes to his wrist.





Abwehr gegen einen Angriff Nr. 5 zur Brust

Der Verteidiger verwendet einen umgedrehten Außenblock gegen das Handgelenk des Angreifers, kontrolliert ihn mit der linken Hand und führt den Gegenangriff gegen den Hals.

Defense against a No. 5 stab to the chest

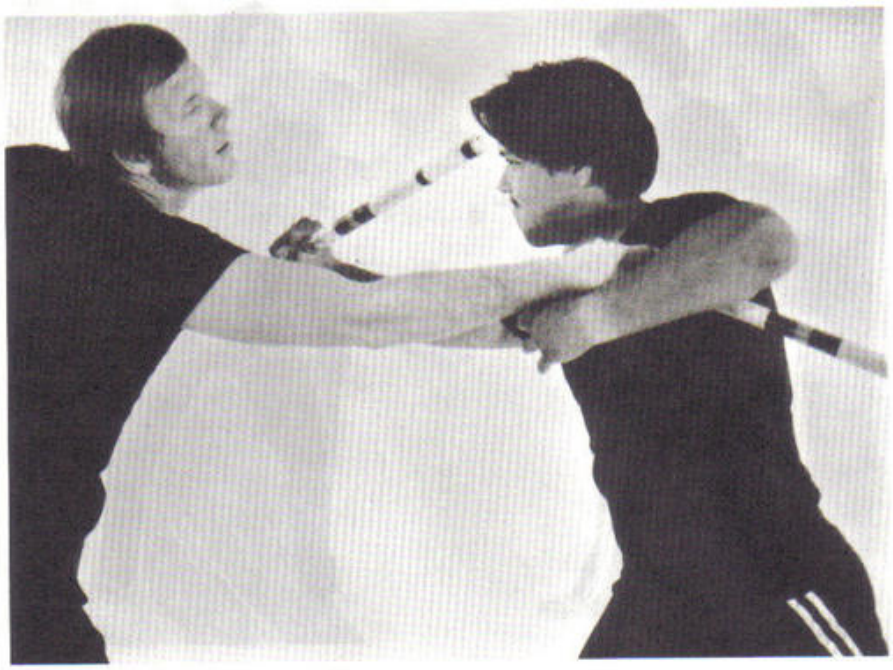
The defender using an outside reversed stick-block to the back of the opponent's wrist controls the opponent with the left hand and finishes with a stab to the opponent's throat.

Abwehr und Fesselung gegen einen Angriff Nr. 1

Der Verteidiger blockt, fesselt Waffe und Arm des Angreifers und schlägt zum Kehlkopf.

Defense and Trap against a No. 1 Strike

The defender uses a shoulder-block, traps the attacker's weapon and strikes to his throat.



18

Abwehr eines Angriffes Nr. 2

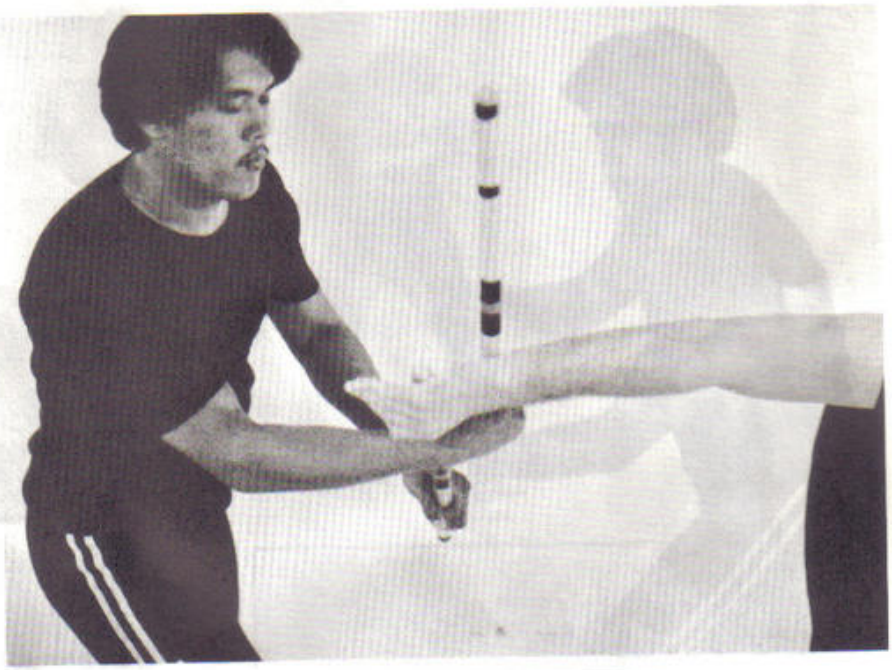
Der Verteidiger wehrt mit einem Nr. 2 Außenblock ab und entwaffnet den Angreifer.

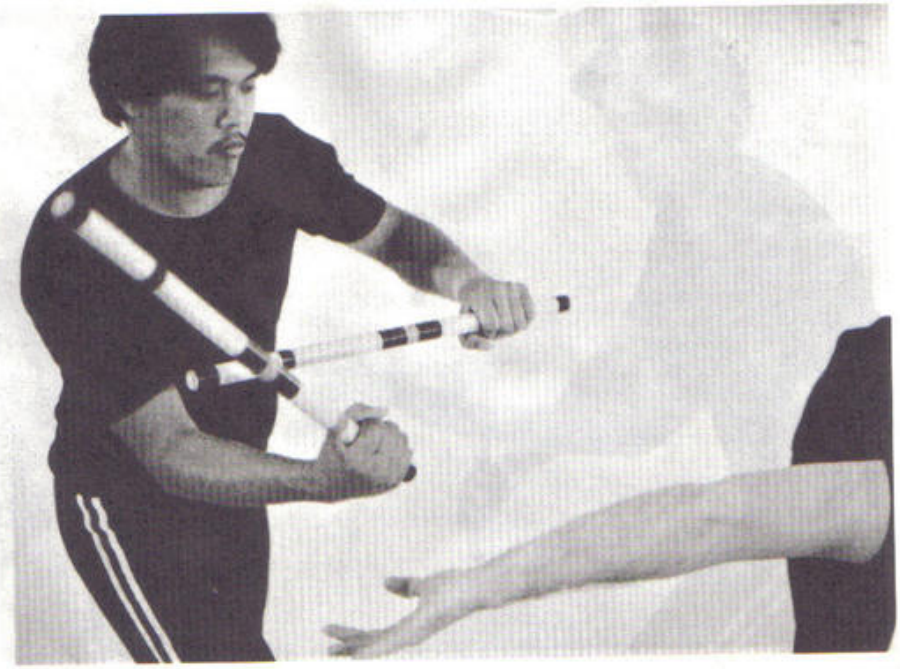
Defense against a No. 2 Strike

The defender uses a No. 2 outside block and disarms the attacker.

18 Fortsetzung

18 continued





Eine andere Lösung

Another Solution

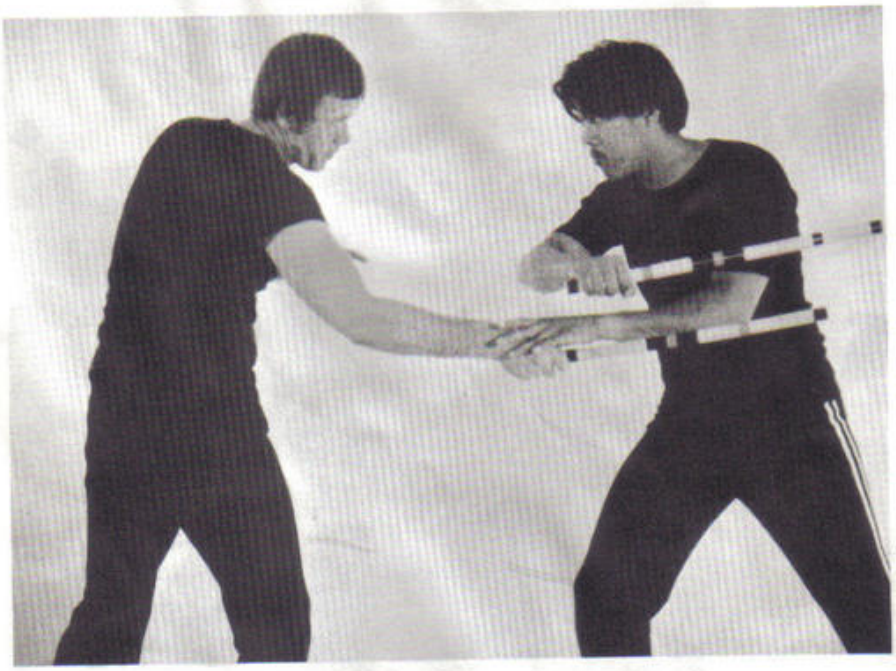
19

Abwehr und Entwaffnung gegen einen Angriff Nr. 5

Der Verteidiger benutzt einen Innenblock Nr. 3 und entwaffnet den Angreifer.

Defense and Disarm against a No. 5 Attack

The defender uses a No. 3 inside block and proceeds to disarm the attacker.



19 Fortsetzung

19 continued

E

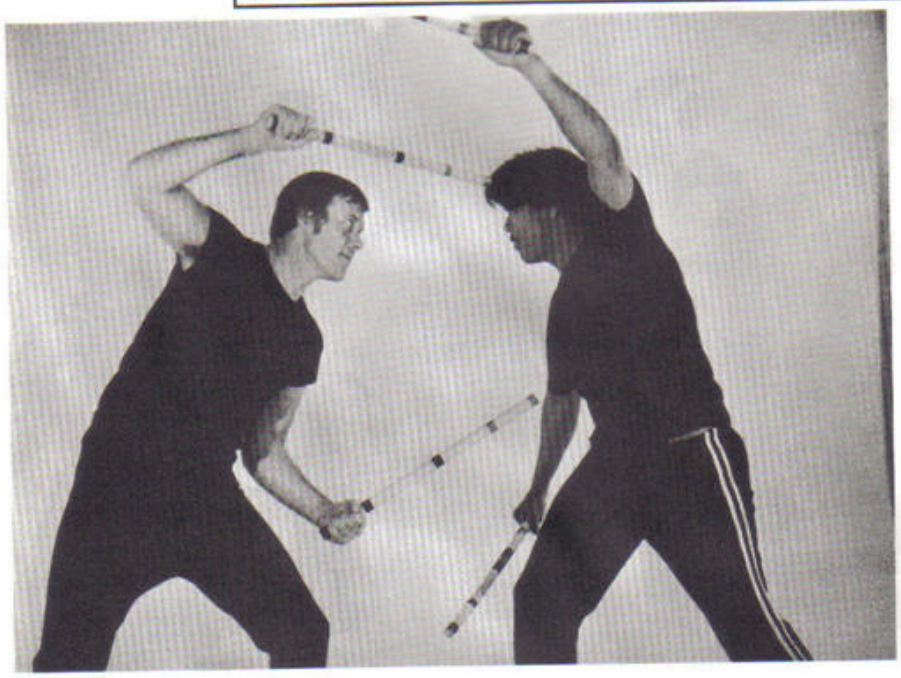
20

SPARRING MIT ZWEI STÖCKEN

Zwei Innenblocks und zwei Nr. 5 Stöße als Gegenangriff.

SPARRING WITH TWO STICKS
Two inside blocks and two No. 5 stabs for a counterattack.

E

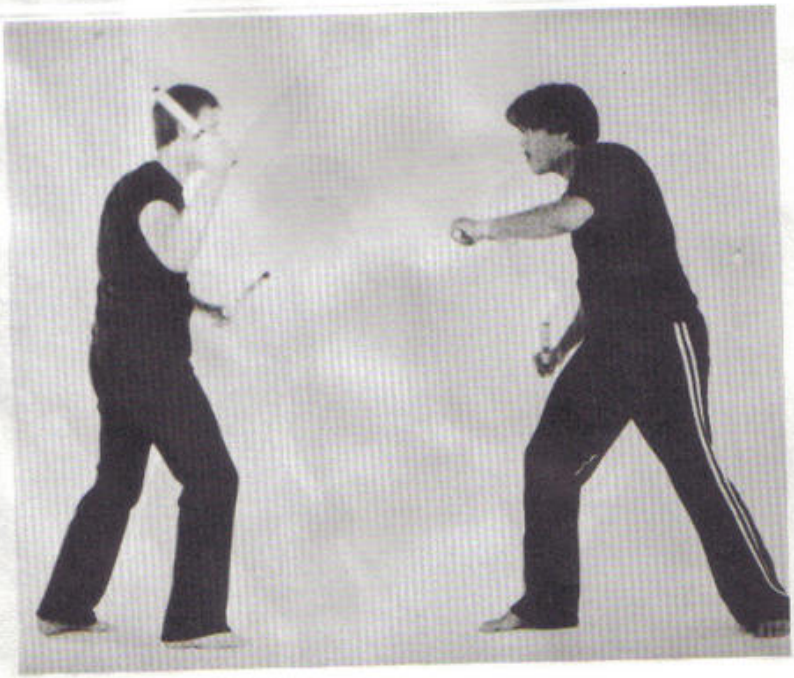


SPARRING MIT ZWEI STÖCKEN

Abwehr gegen einen Nr. 1 Angriff

Mit einem Innenblock wehrt Latosa ab, kontrolliert den Gegner und macht ihn mit einem Schlag zum Hals unschädlich.

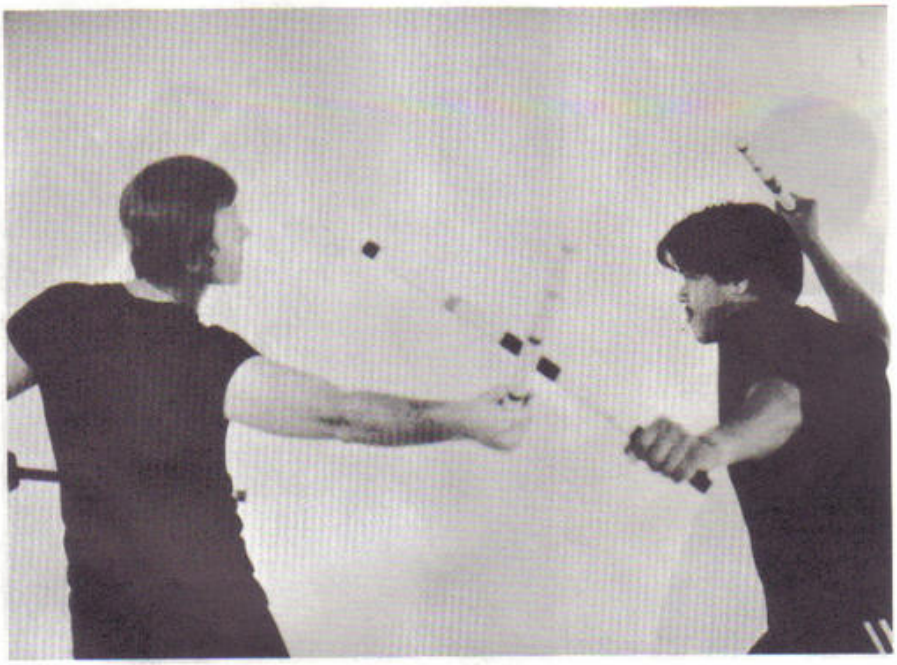
21



SPARRING WITH TWO STICKS

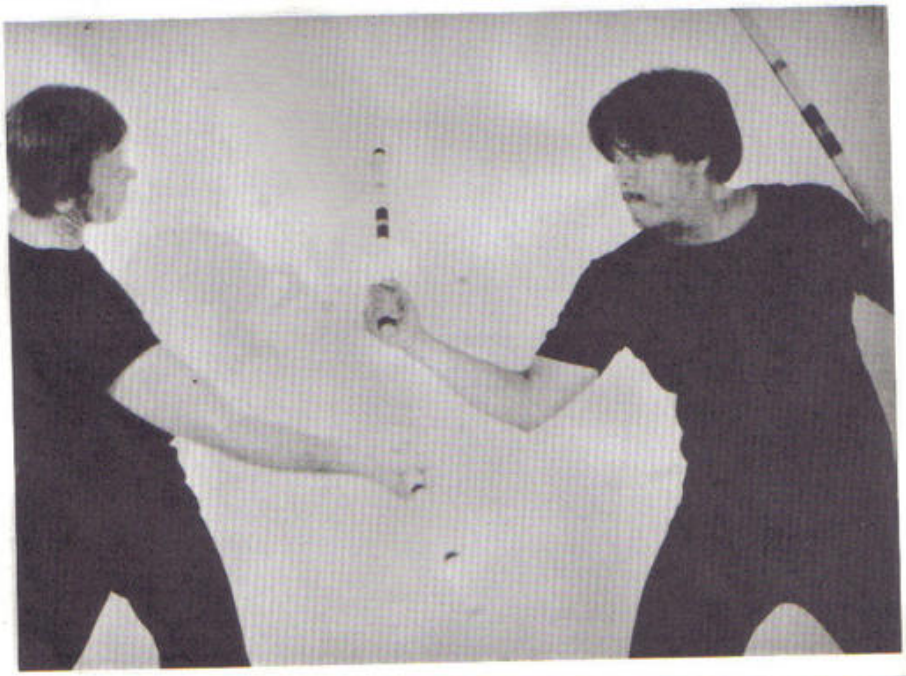
Defense against a No. 1 Strike

Using a No. 1 inside block to the wrist the defender controls his opponent and finishes him with a powerful blow to the throat.

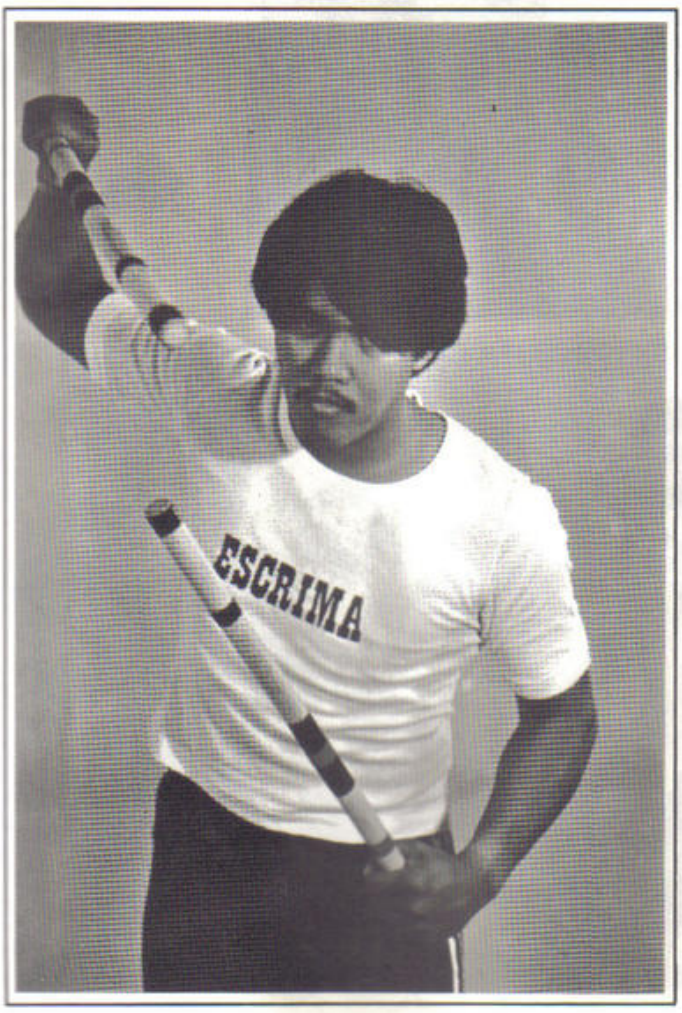


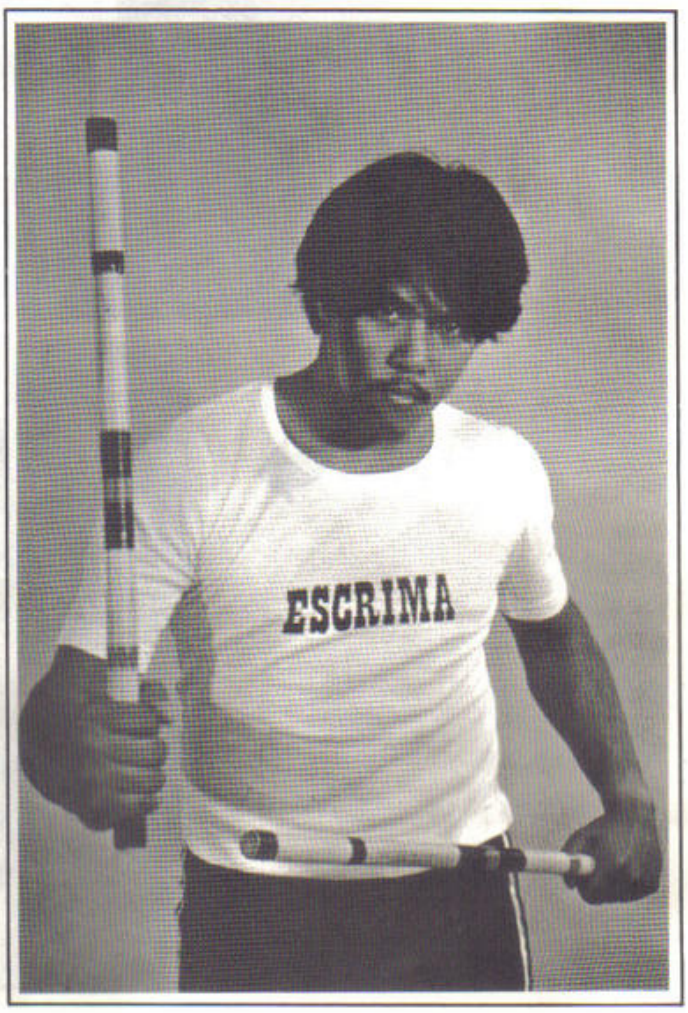
21 Fortsetzung

21 continued



ESCRIMA


ESCRIMA


ESCRIMA

22

SPARRING MIT ZWEI STÖCKEN

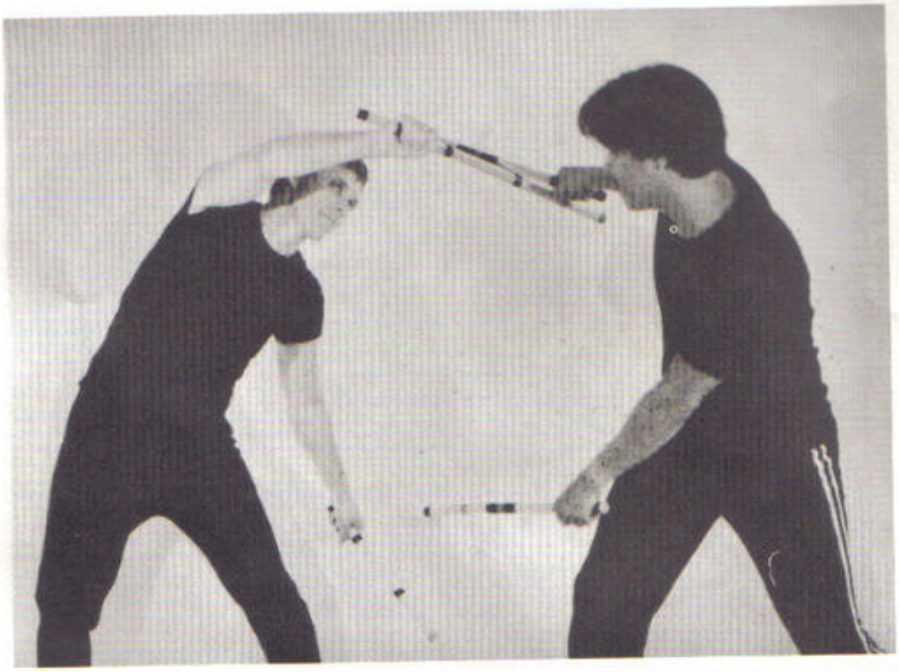
Nachdem er zwei Nr. 5 u. 4 Angriffe mit Nr. 2 u. 4 Außenblocks abgewehrt hat, ...

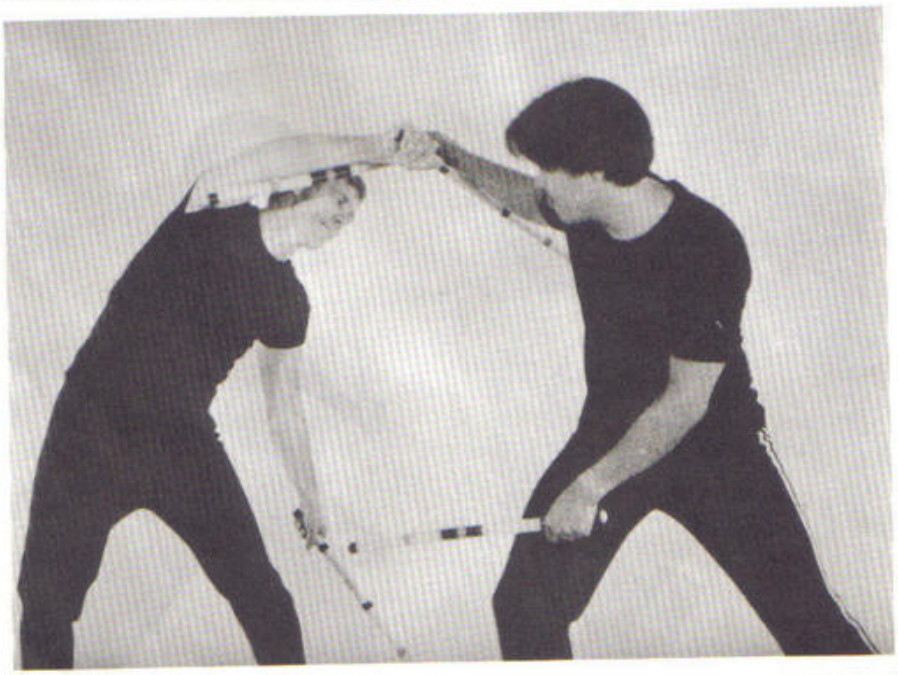
SPARRING WITH TWO STICKS

After defending against No. 5 & 4 attacks with No. 2 & 4 outside blocks.....

22 Fortsetzung

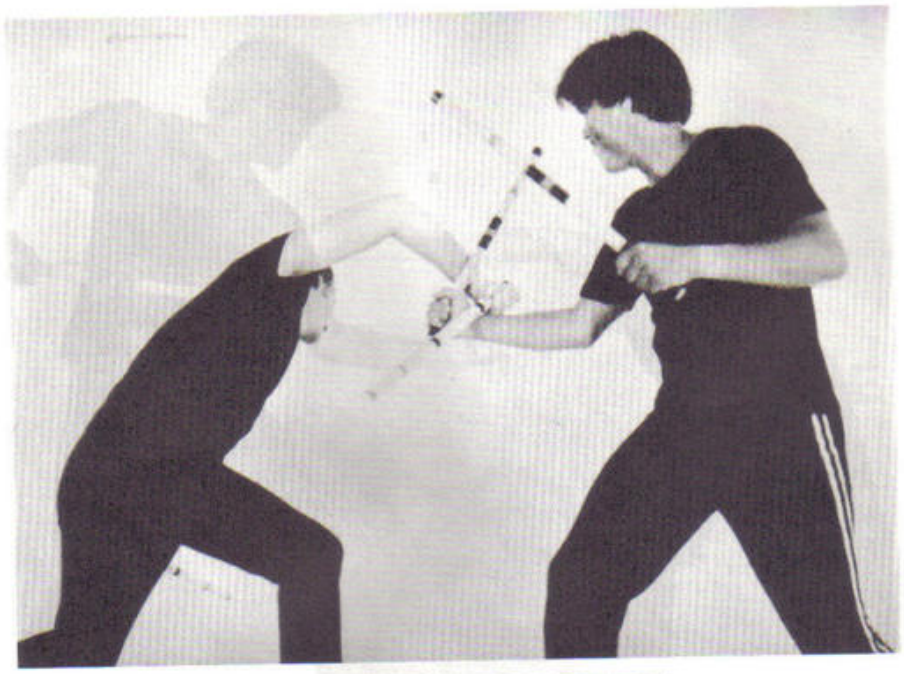
...entwaffnet Latosa den Angreifer:...

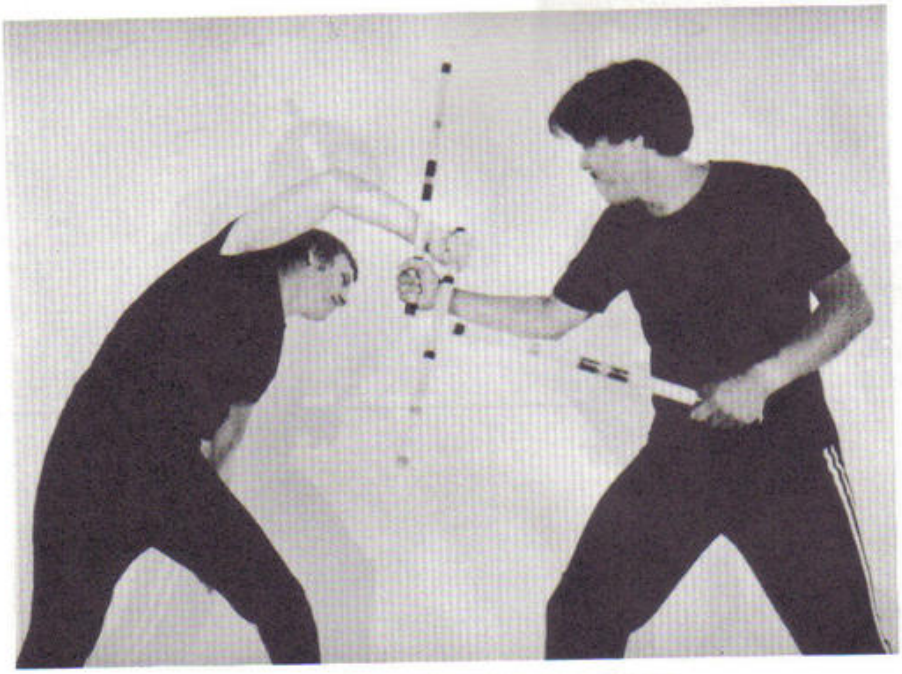




22 continued

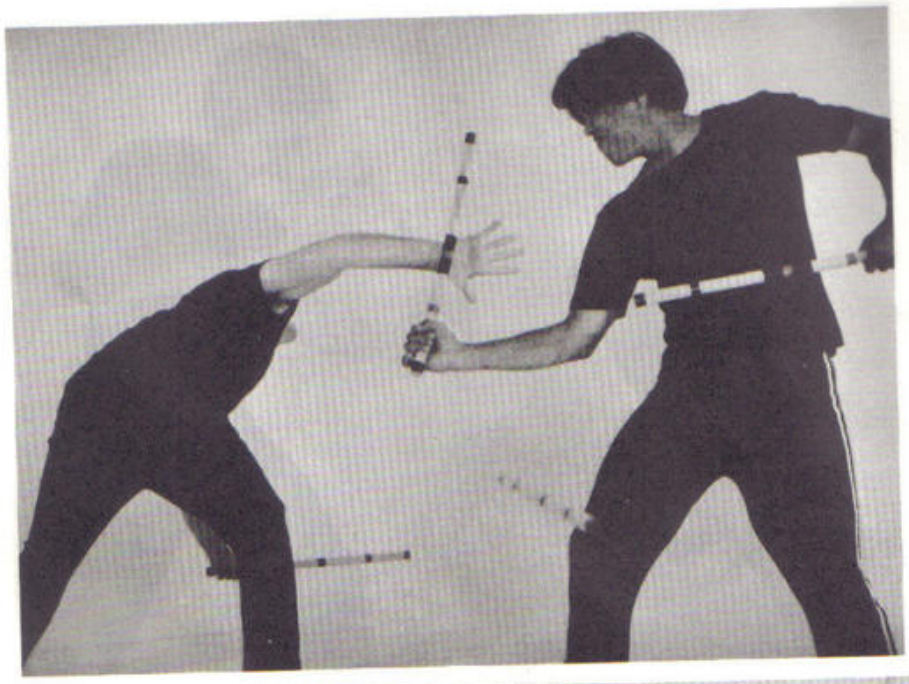
...Latosa disarms the attacker...





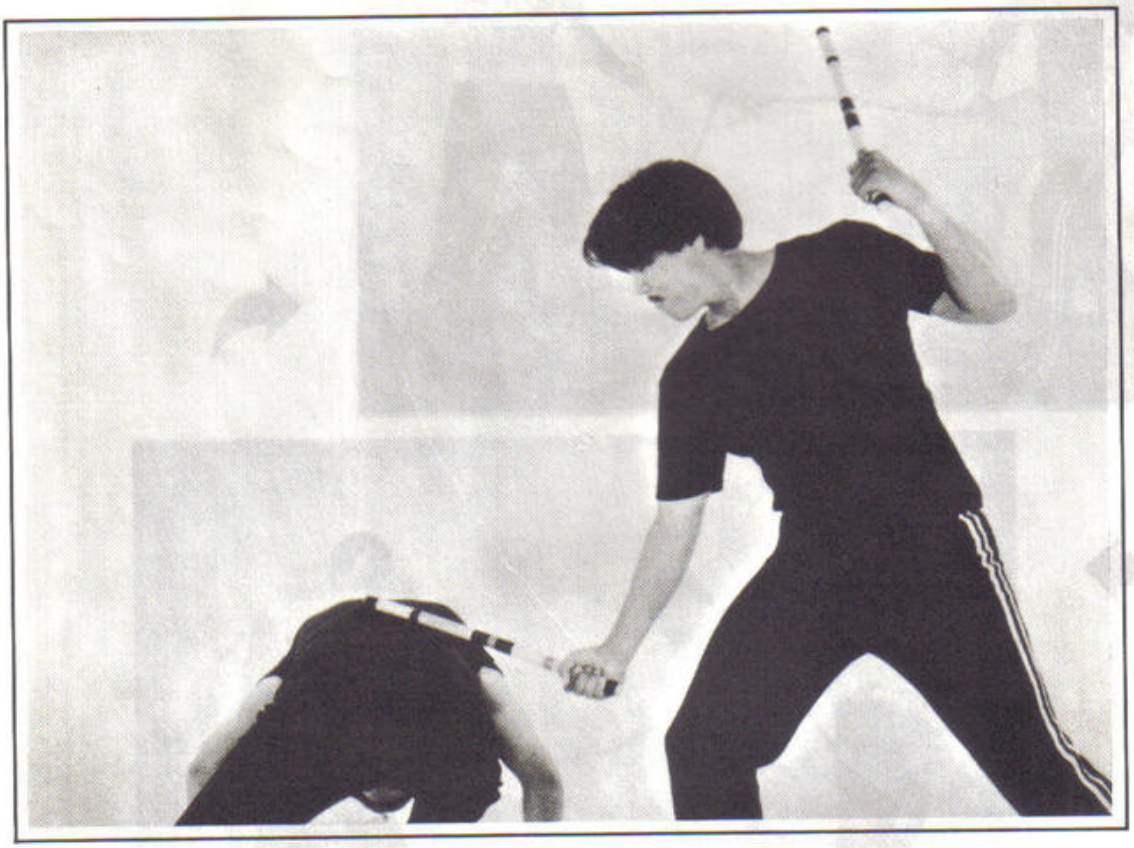
22 Fortsetzung

... und macht ihn mit zwei Nr. 1 (links-rechts)-Schlägen kampfunfähig.



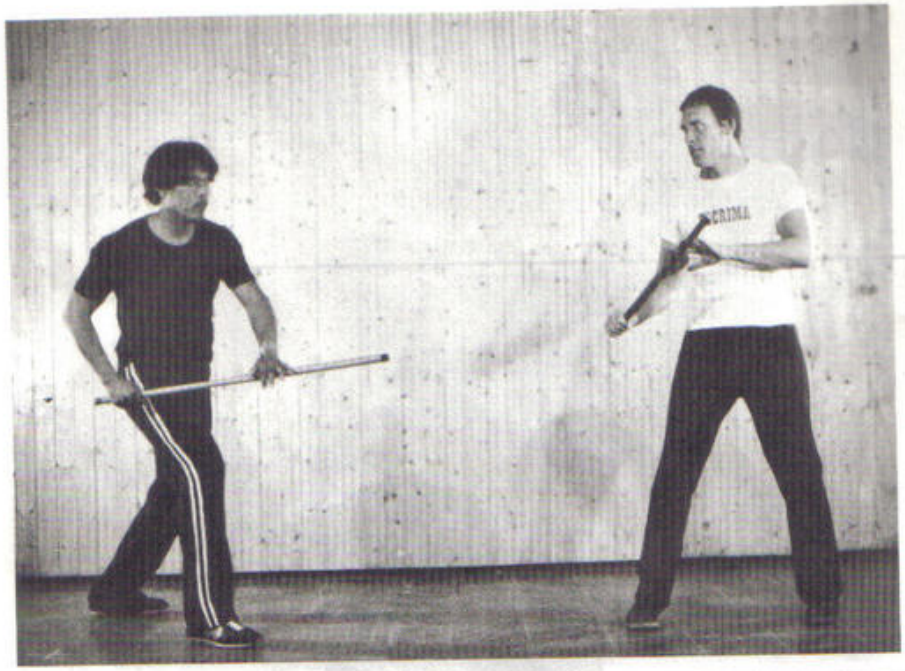
22 continued

... and finishes with two left and right No. 1 strikes.



E

23

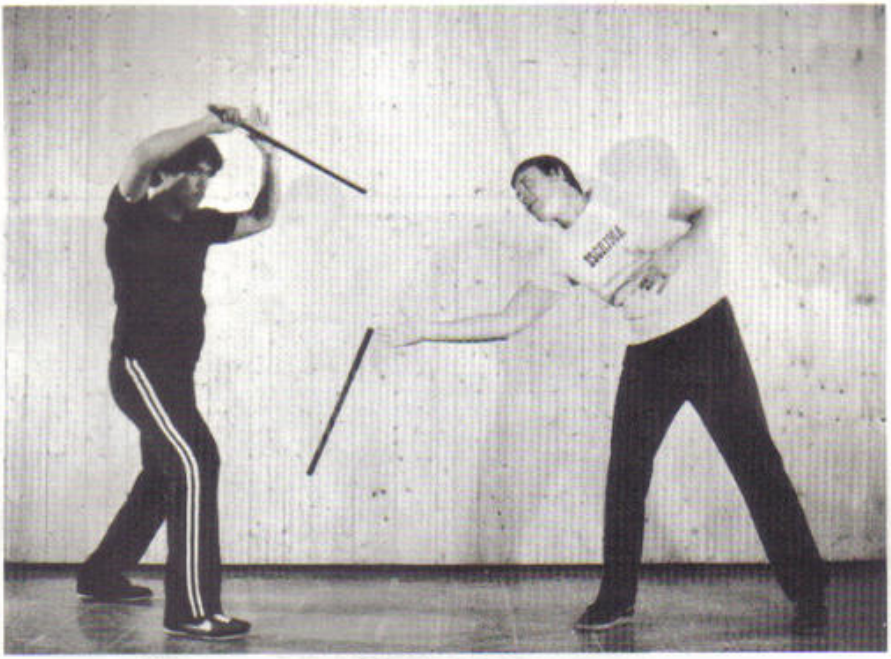


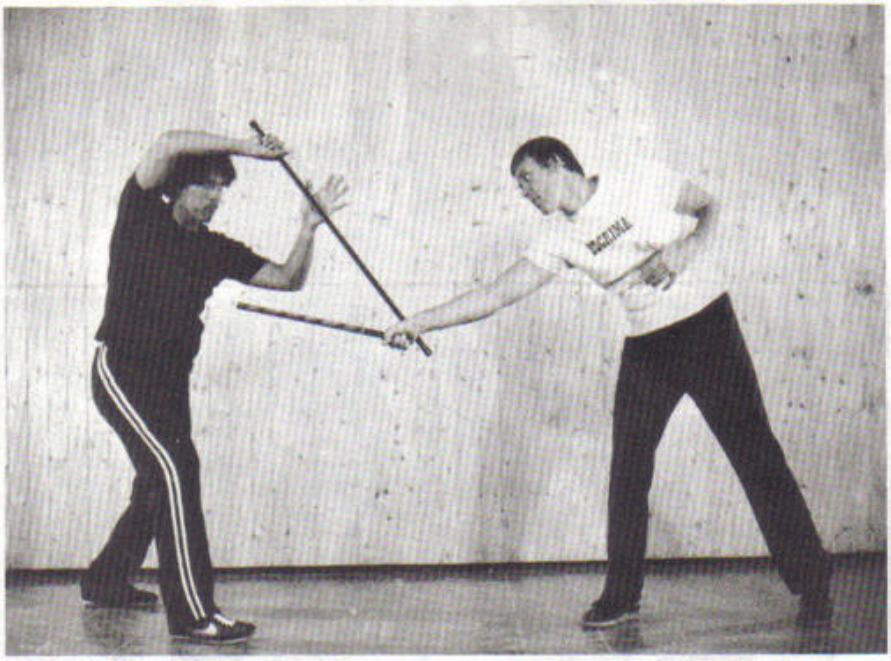
ABWEHR MIT DEM LANGEN STOCK

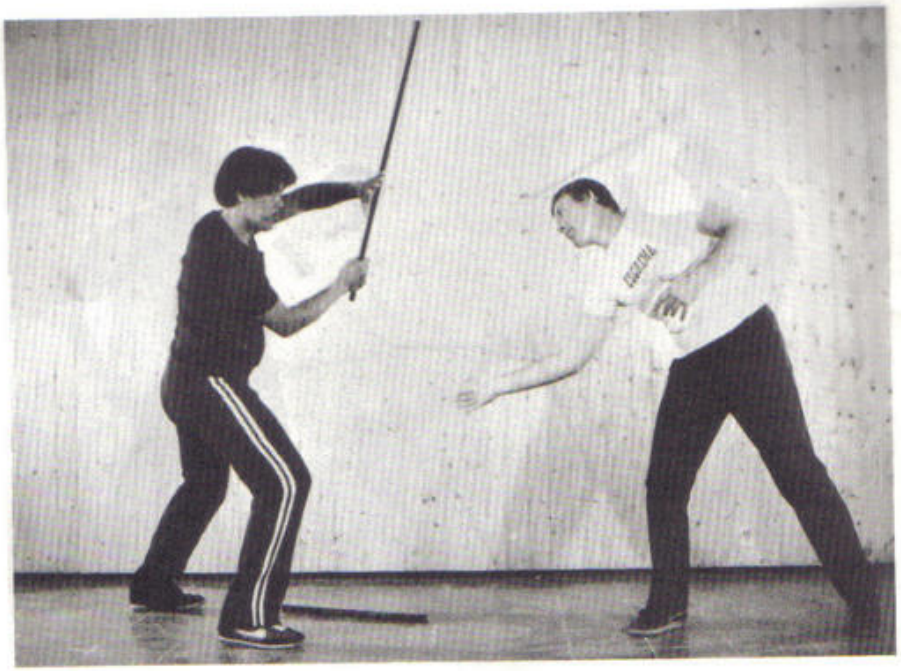
Der Angreifer verwendet einen Angriff Nr. 2. Der Verteidiger blockt mit einem gedrehten Schlag von oben...

LONG STICK DEFENSE

The attacker strikes to the No. 2 area. The defender strikes his wrist with an overhead-reversed strike ....







23 Fortsetzung

... und schlägt dann mit einer kraftvollen Körperdrehung nach rechts zur Schläfe des Angreifers.

23 continued

....then switching his body to the right he strikes the attacker's temple.

E

Kampf mit Macheten

Fighting with Machetes

24

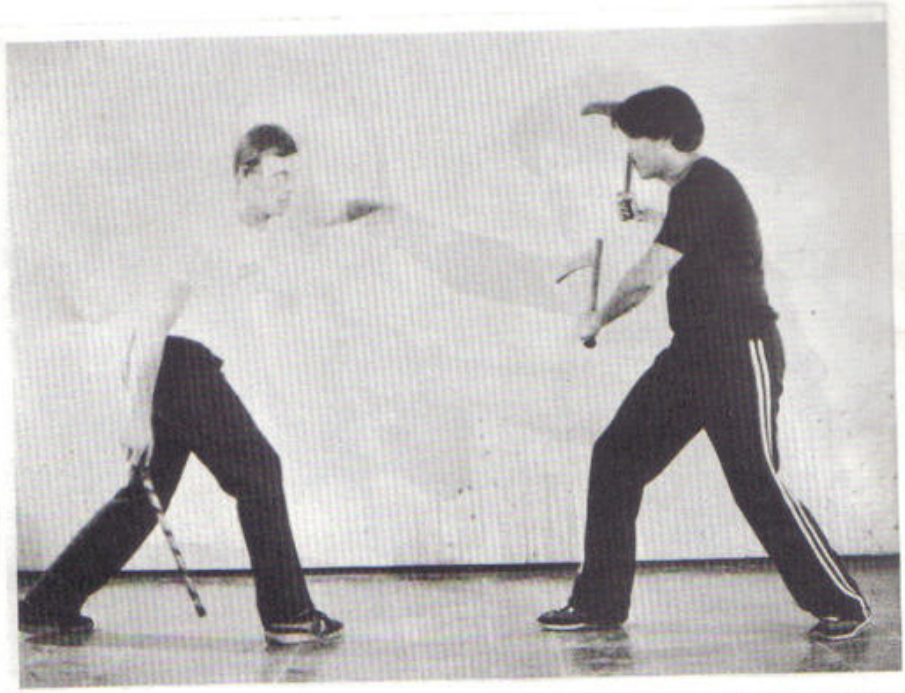
ABWEHR MIT MACHETE

Gegen einen Nr. 4 Angriff blockt der Verteidiger direkt das gegnerische Handgelenk, wobei er seine eigene Machete mit der freien Hand unterstützt. Er drückt die Klinge kraftvoll nach innen und oben zum Kinn des Angreifers, gleichzeitig schneidend und stoßend.

DEFENSE WITH MACHETE

Against a No. 4 attack the defender blocks directly the wrist backing up his own machete with his free hand. He drives his weapon inwards and upwards to his opponents chin - cutting, slicing and stabbing at the same time.

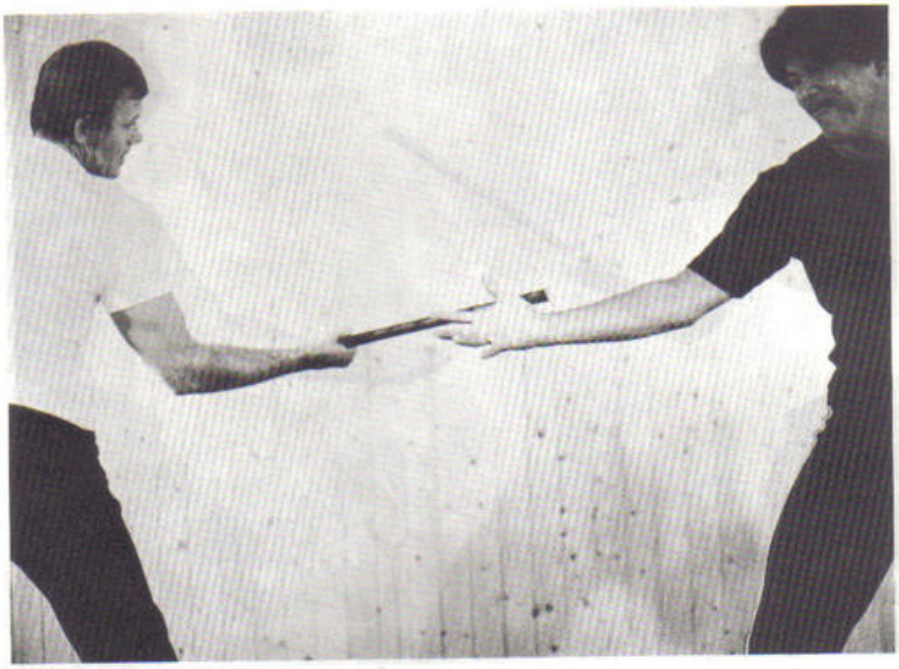
25

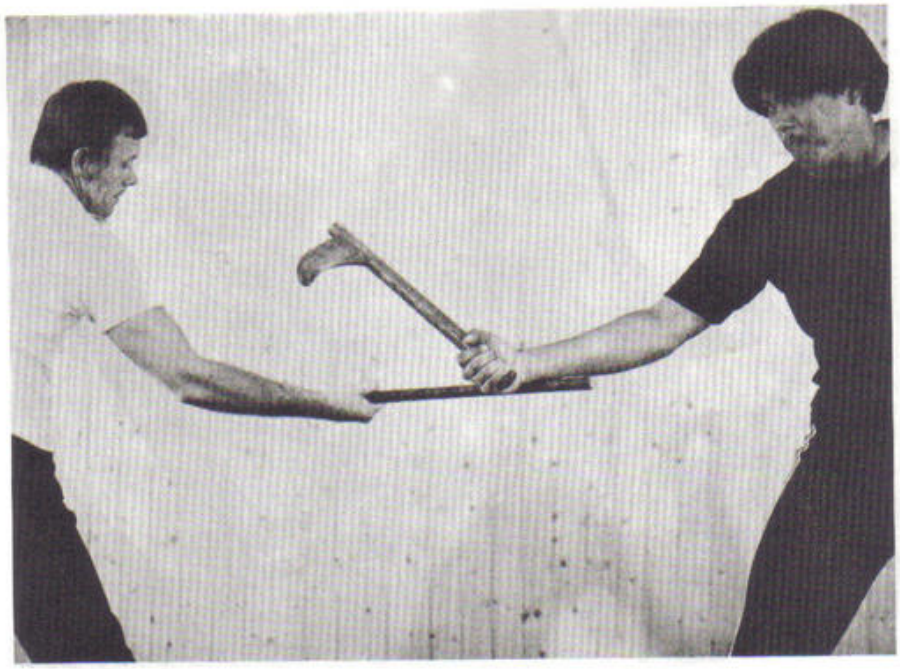


EIN STOCK GEGEN ZWEI KAMA

Die rechte Sichel wird durch einen Stockhieb von unten aus der Hand geprellt,.....

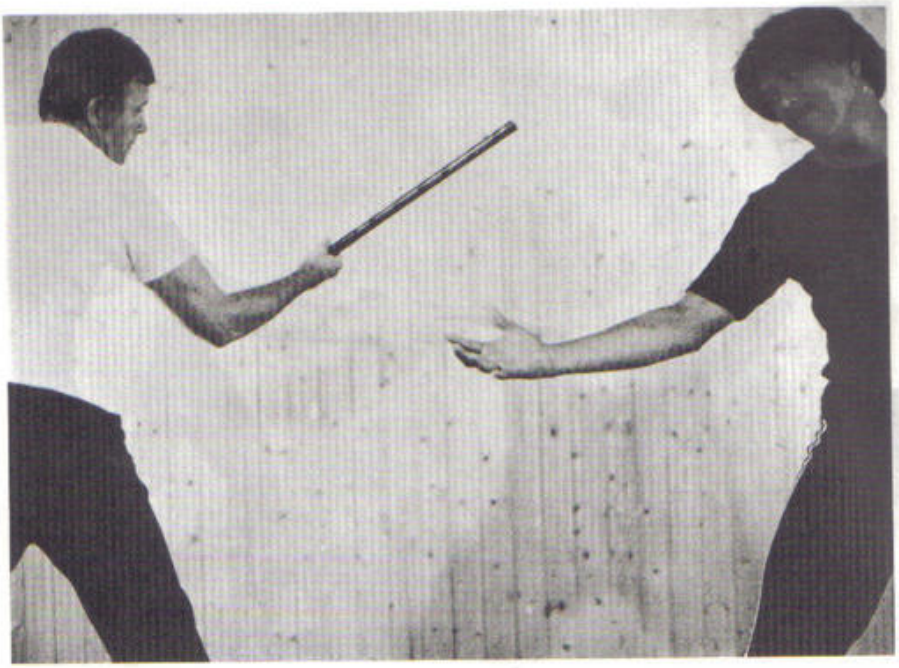
A STICK VS. TWO KAMA
After blocking the right Kama...

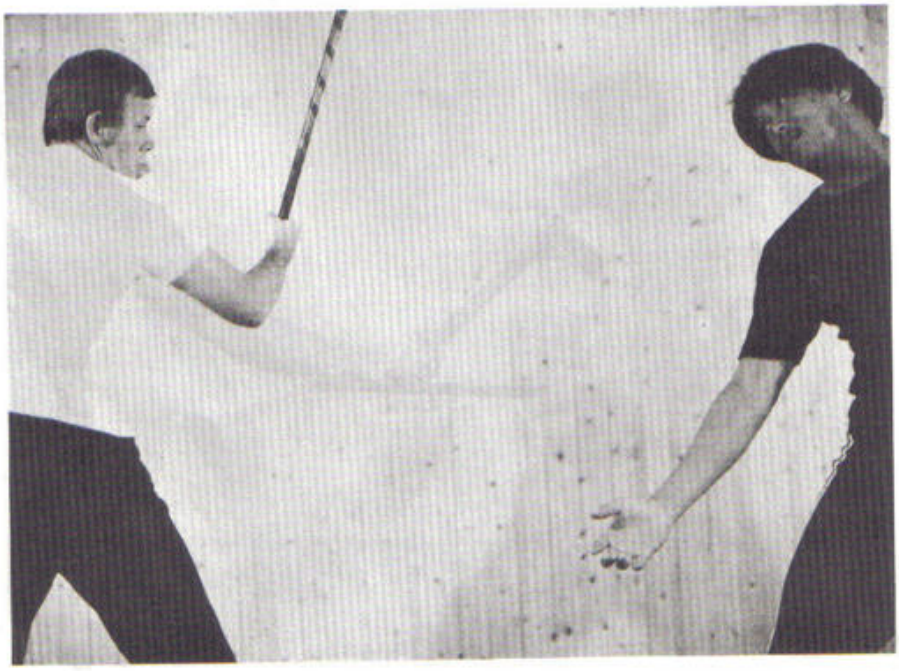




25 Fortsetzung

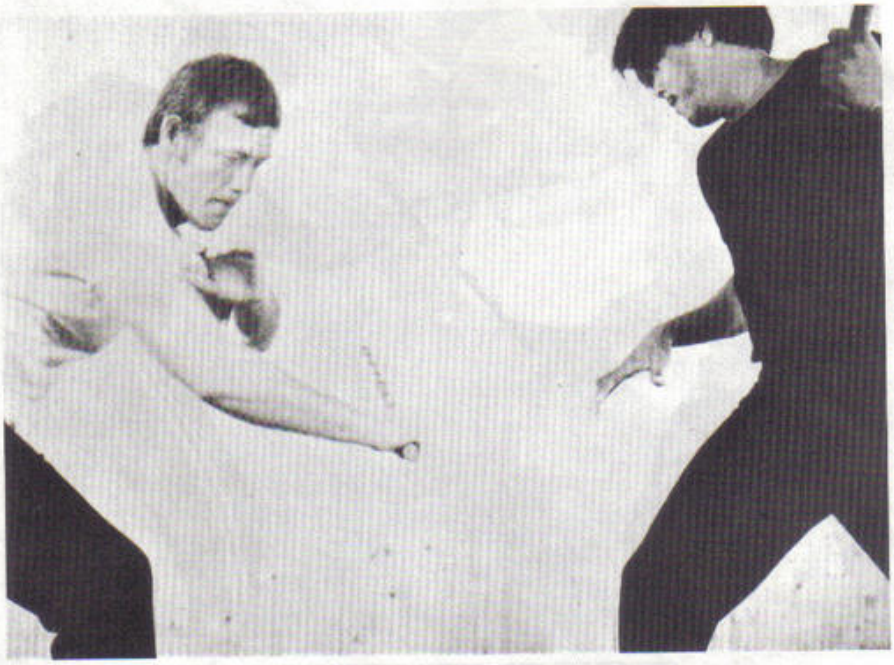
..... dann greift Newman das Knie an und wehrt die linke Sichel mit der freien linken Hand ab .....





25 continued

Newman attacks the knee and blocks the left kama with his free hand ...

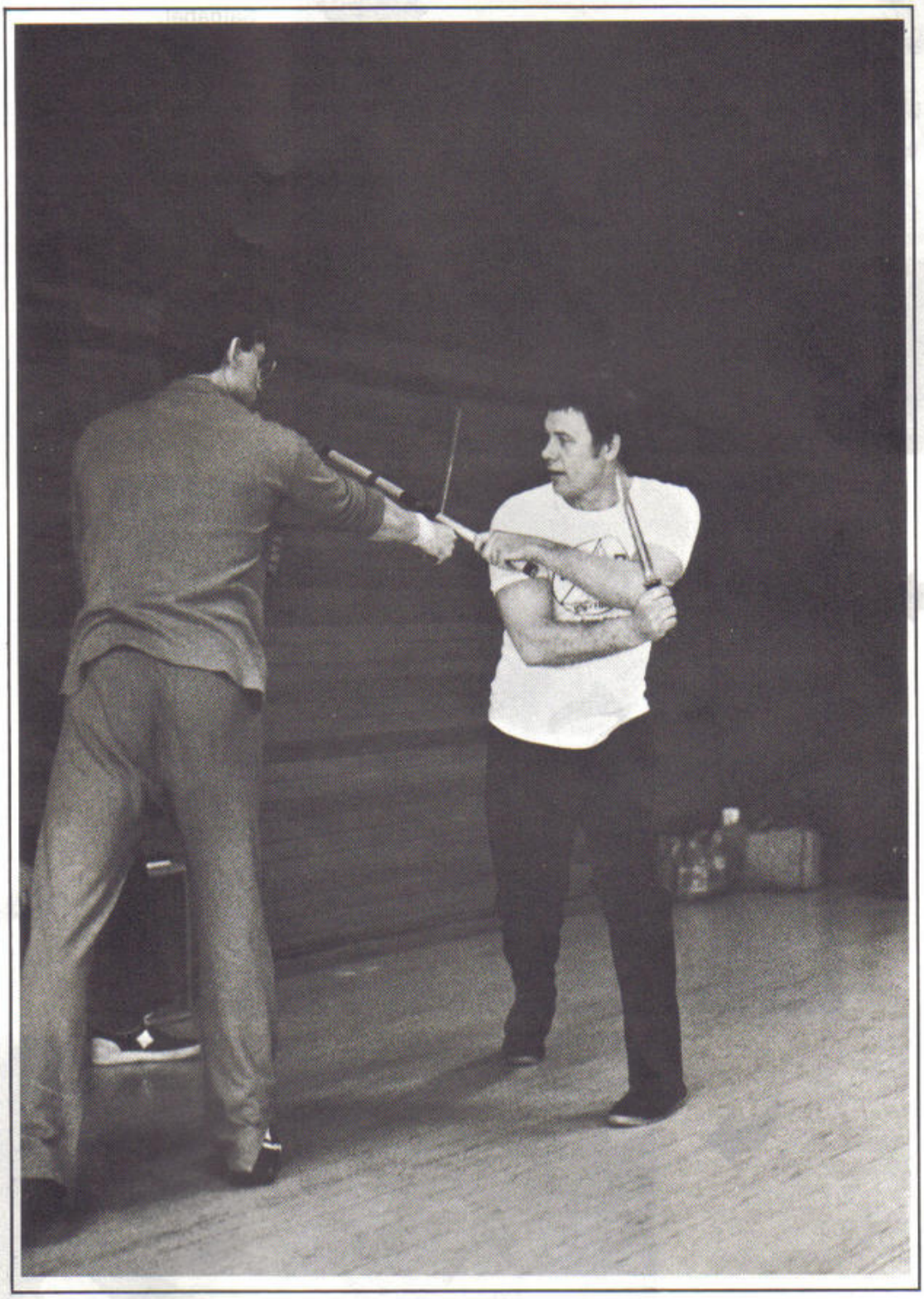


25 Fortsetzung

....hält die gegnerische Hand und schlägt dann auf den Unterarm.

25 continued

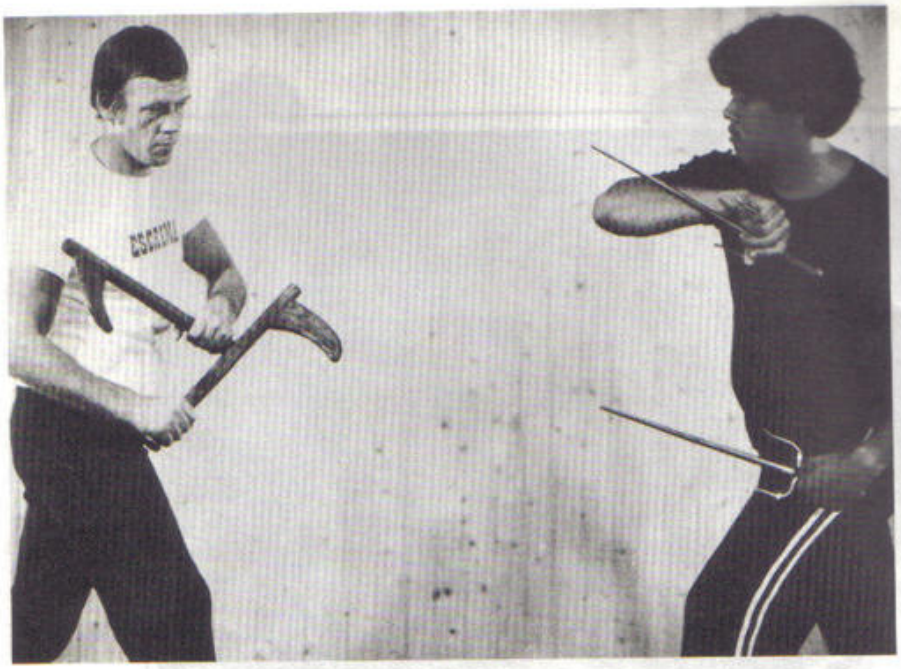
....controls the hand and strikes the forearm.



Escrima-Demonstration in Deutschland 1979

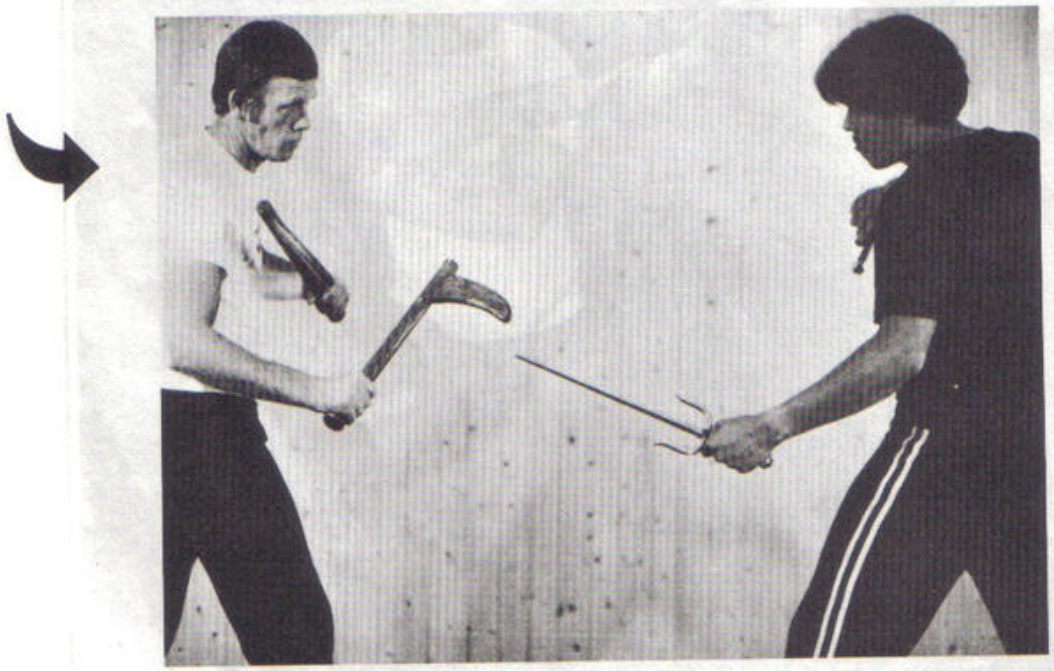
Escrima-Demonstration in Germany, 1979

26



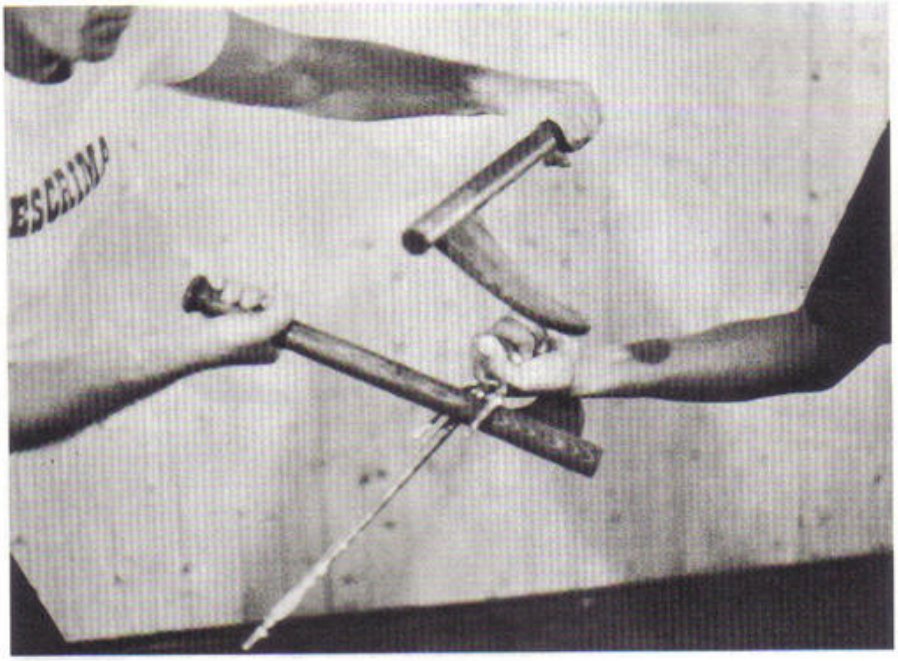
ZWEI SICHELN GEGEN ZWEI SAI

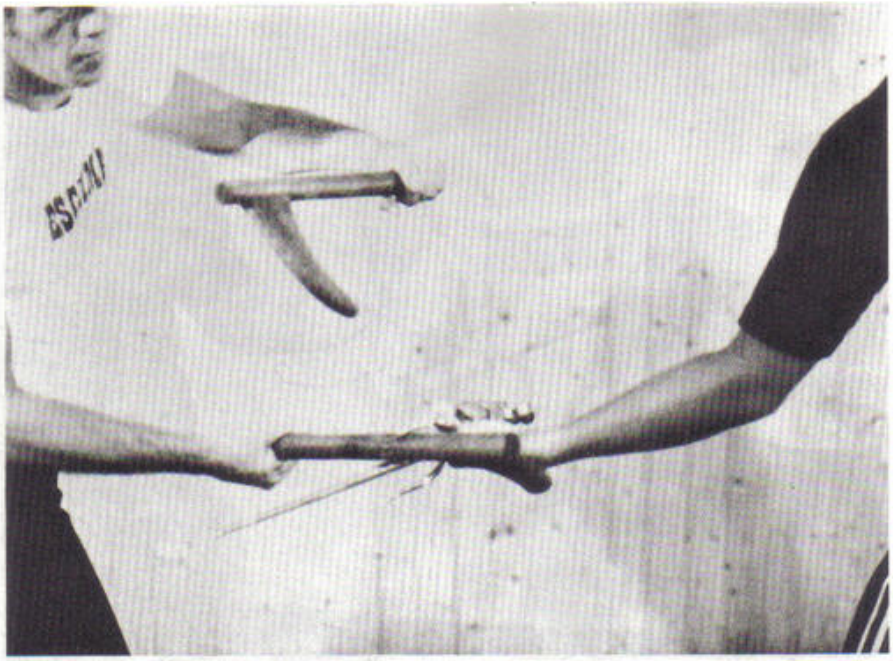
Newman blockt die linke Saigabel, ...

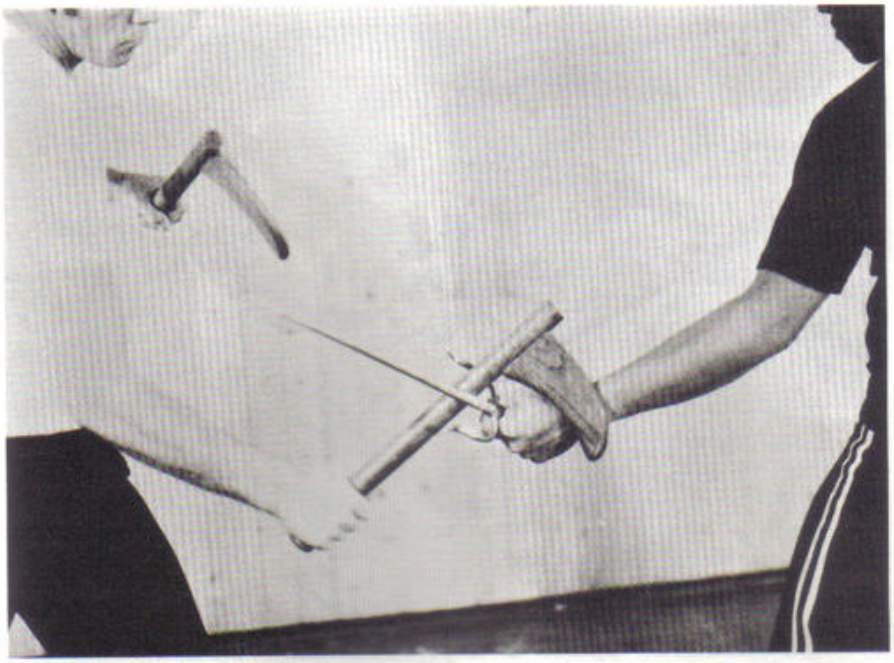


TWO KAMA VS. TWO SAI

Newman blocks the left Sai .....

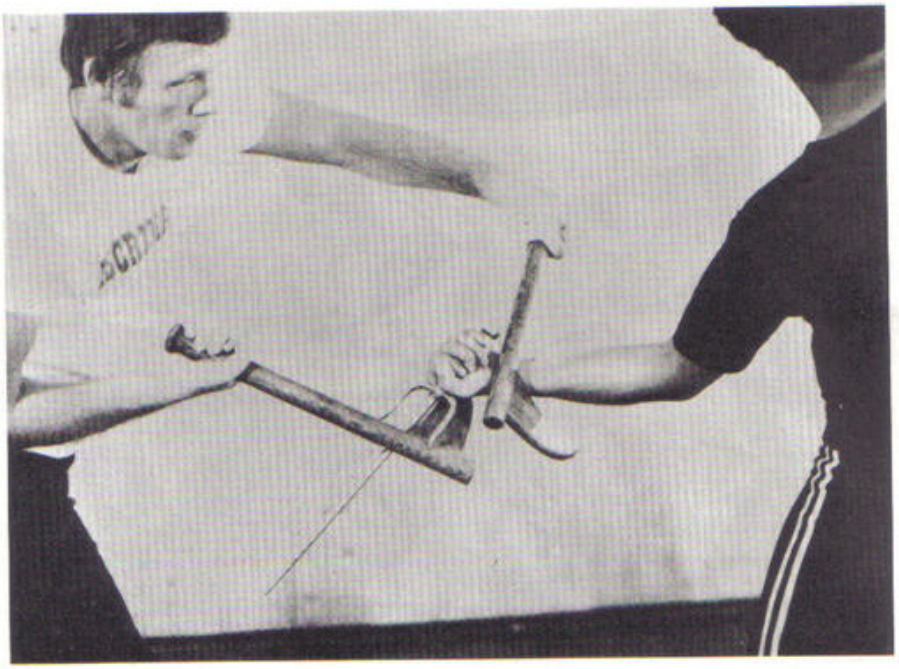


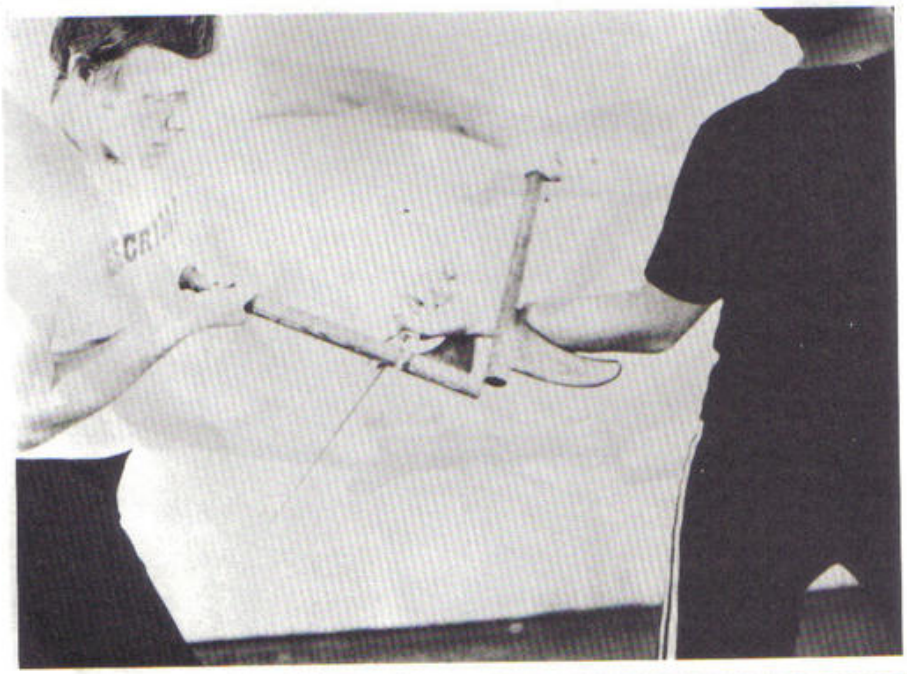


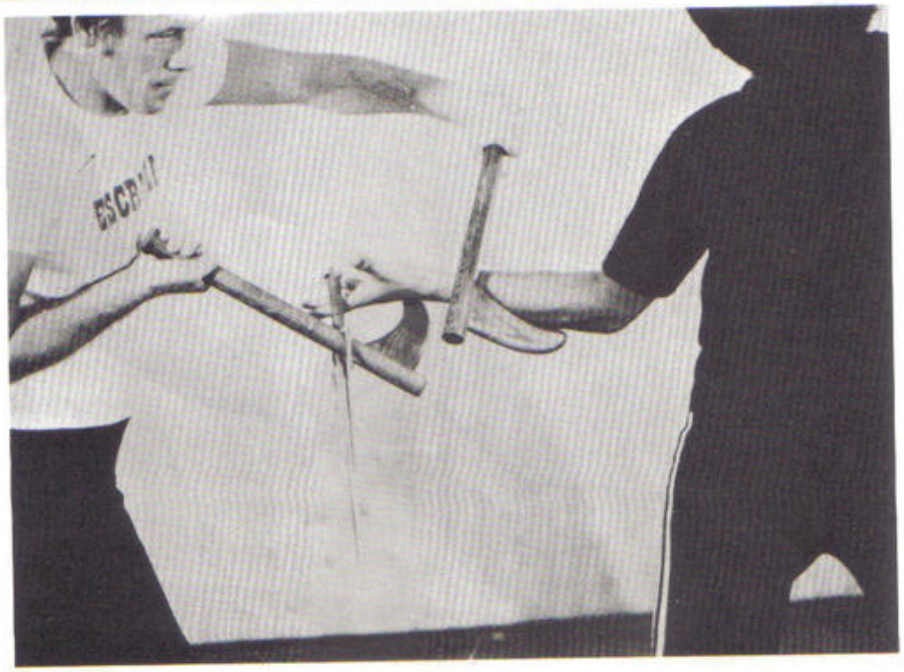


26 Fortsetzung

...hebelt sie aus Latosas Hand kontrolliert gleichzeitig mit der zweiten Sichel dessen Arm und kann ihn mit der rechten Sichel in den Rücken treffen.

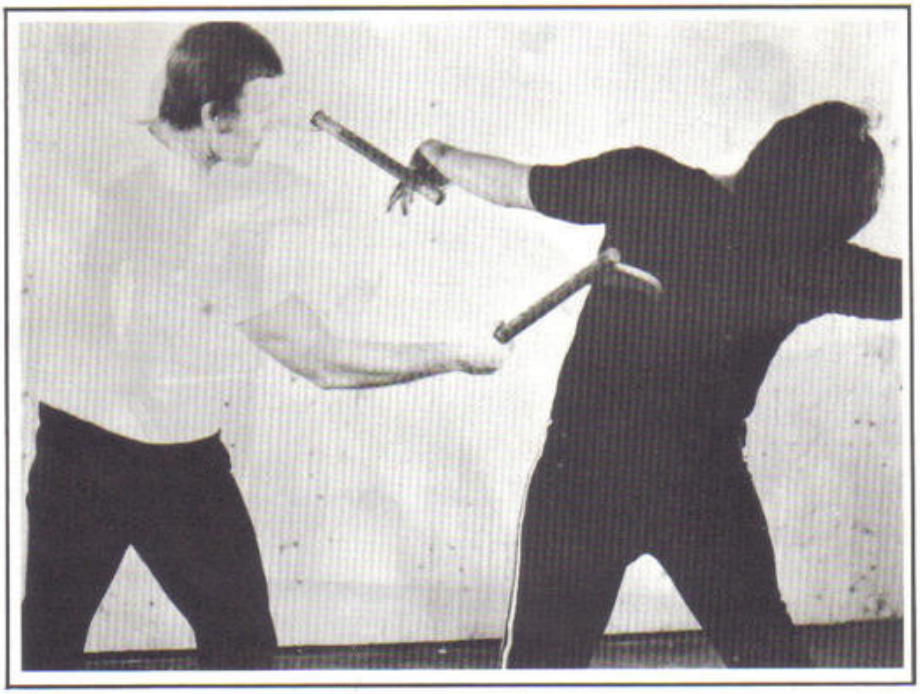




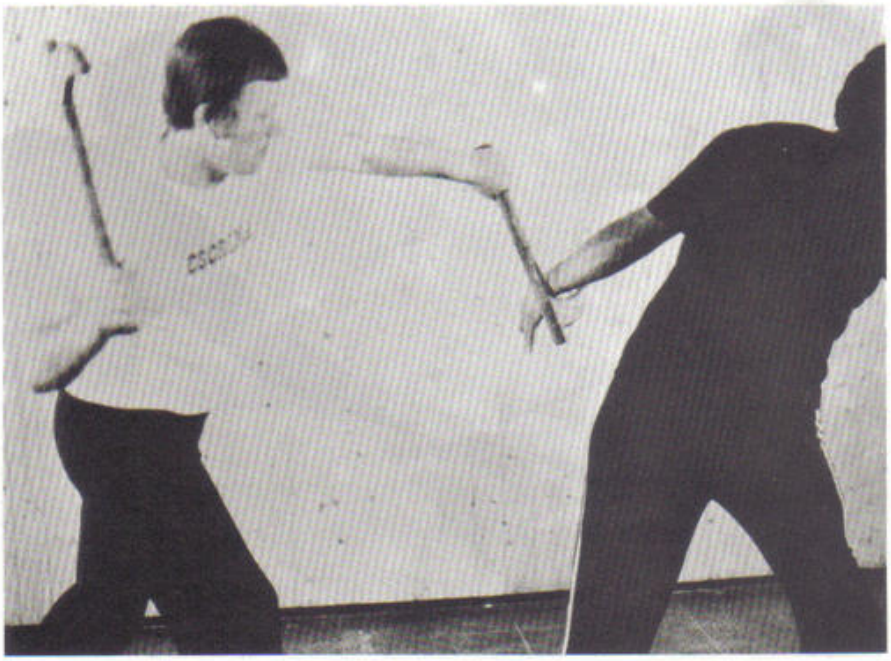


26 continued

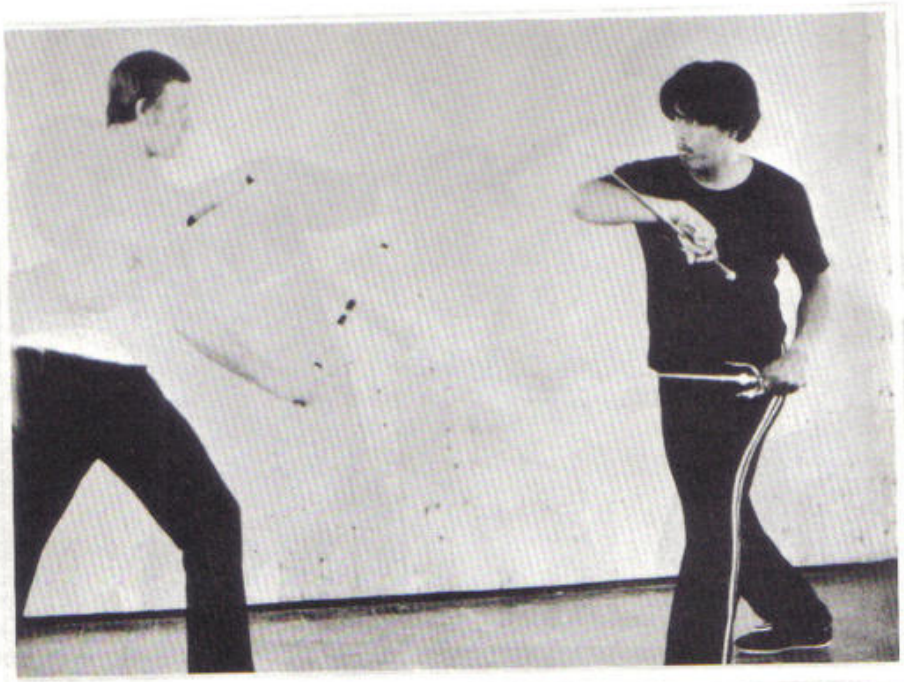
...turns it out of Latosa's hand, controls his arm with the second kama and can safely hit his back with the right sickle.



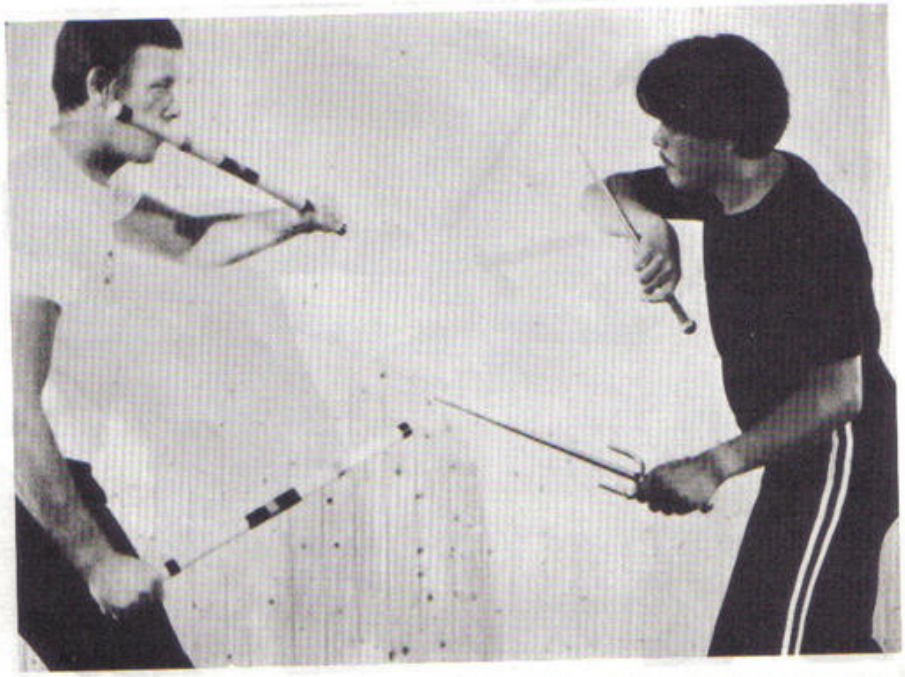
E

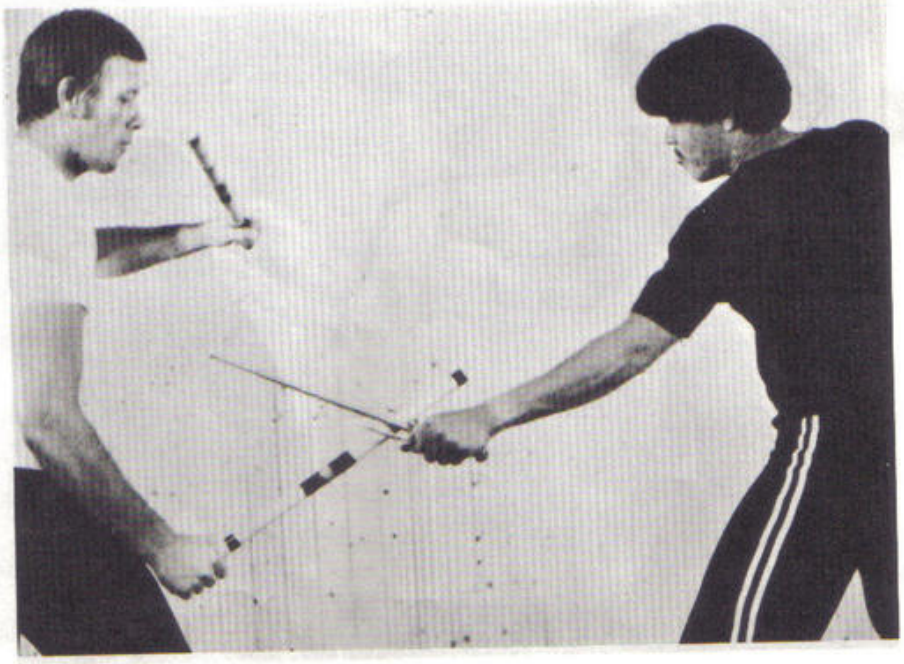


27



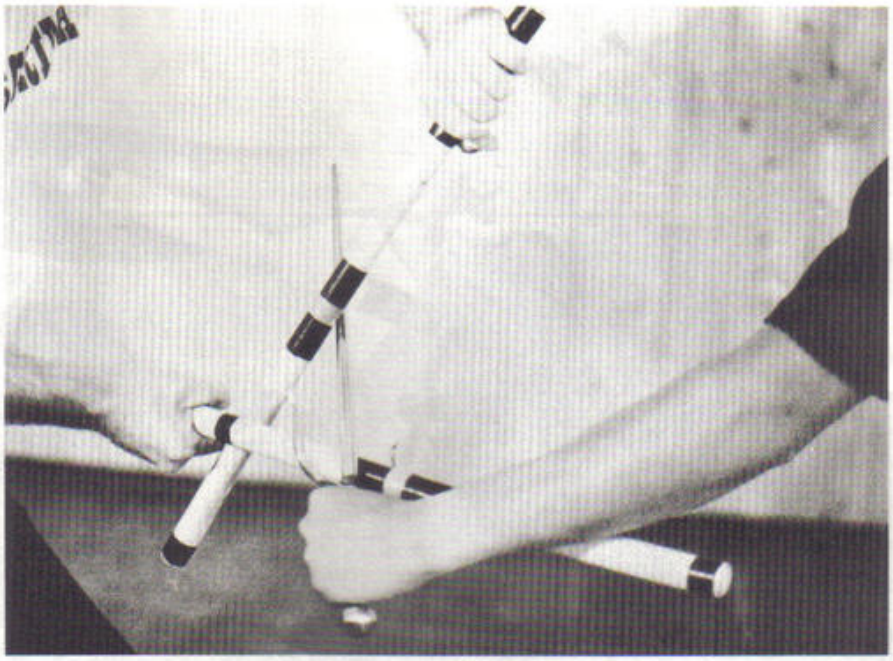
ZWEI STÖCKE GEGEN ZWEI SAI
Newman blockt die Saigabel,...

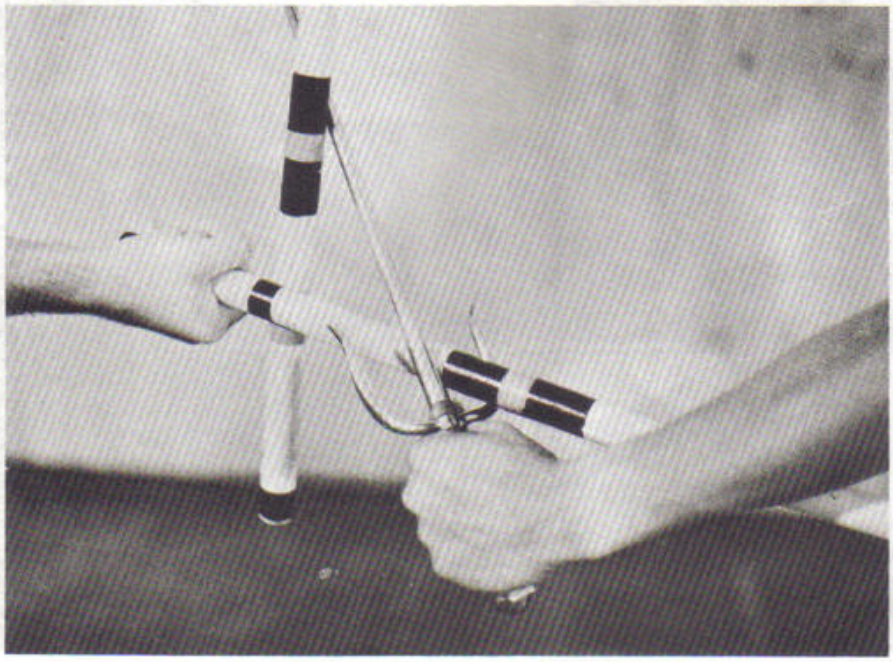


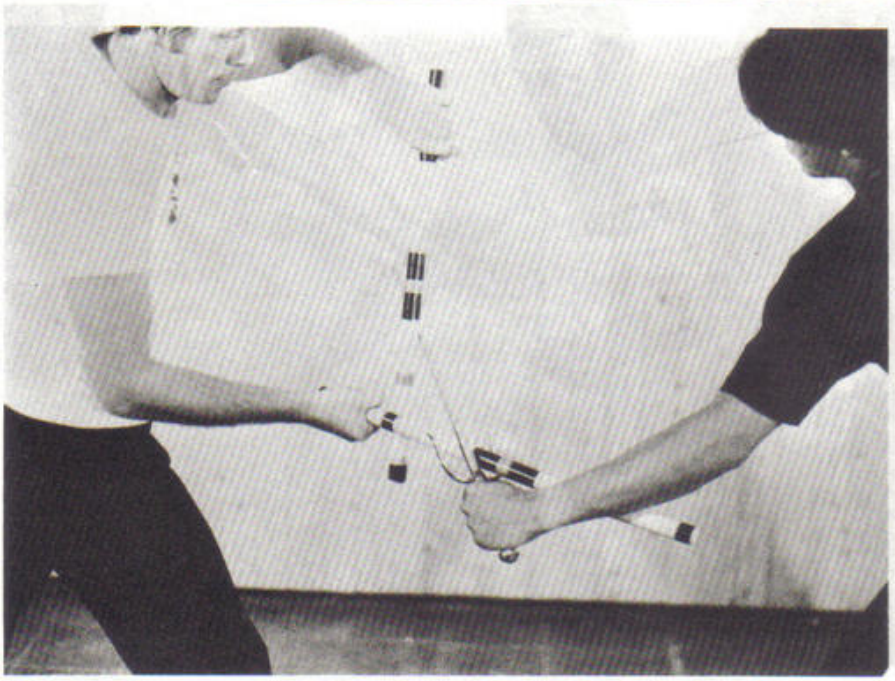


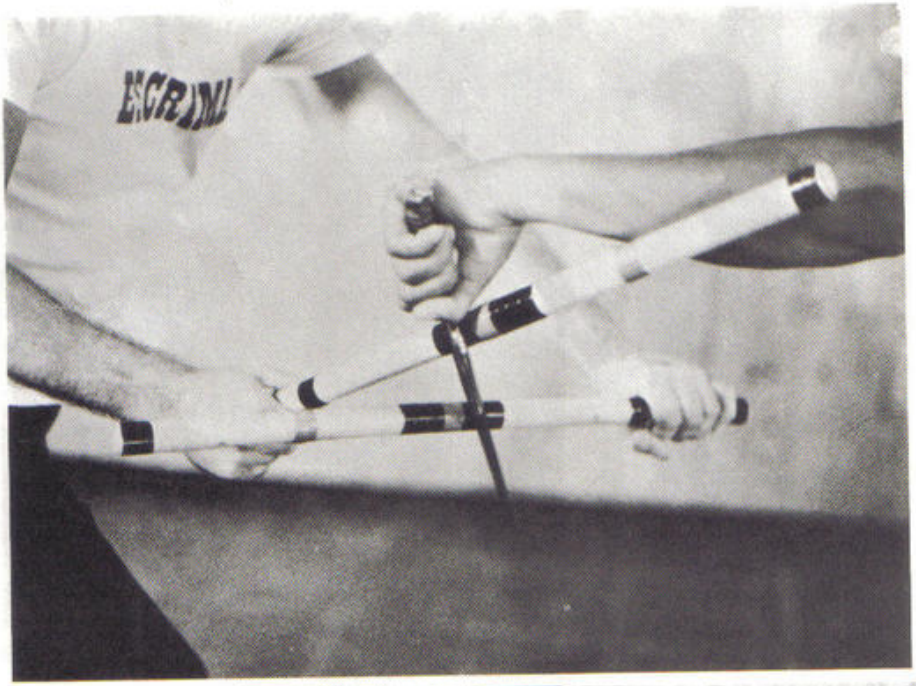
TWO STICKS VS. TWO SAI

Newman blocks the Sai .....







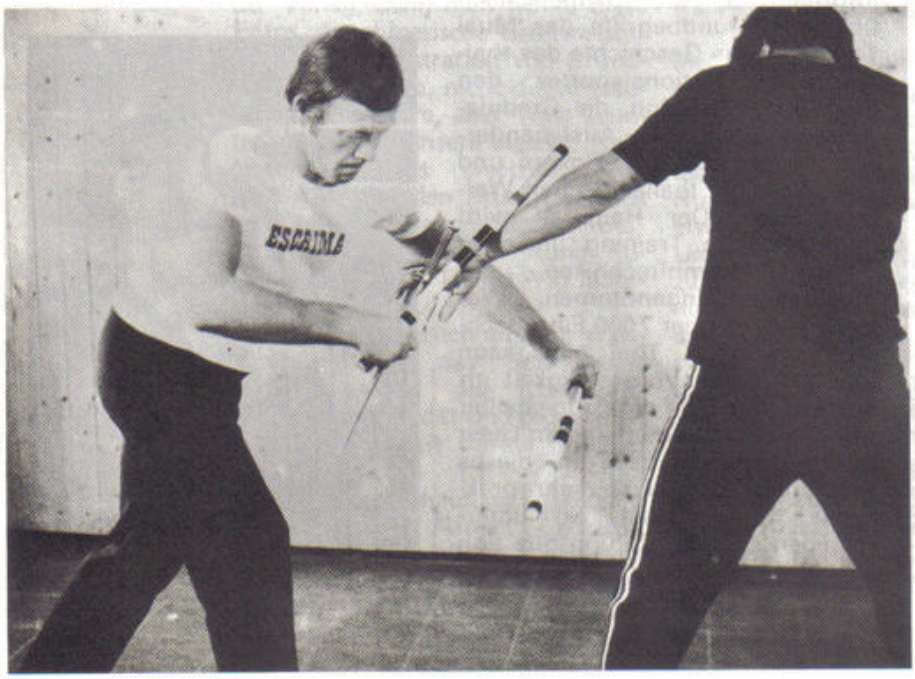


27 Fortsetzung

....hebelt Latosas Arm und macht ihn durch einen starken Schlag zum Oberschenkel kampfunfähig.

27 continued

....locks Latosa's arm and finishes by hitting the thigh.



BUCHBESPRECHUNG

karate revue

Der thailändische Nationalsport

MUAI THAI

Sunthus Supasturpong

von Sunthus Supasturpong, Präsident der Europäischen Zentrale des Thailändischen Sportkampfes e. V., Schwarz-Rotgurt, zweifacher „Champion of Thailand".
Erschienen im **Wu Shu-Verlag Kernspecht, Adolfstraße 27, 2300 Kiel 1.**
Ca. 175 Fotos, 112 Seiten.
Preis DM 19.80.

Während die japanischen und koreanischen Kampfsportarten im Westen schon große Popularität genießen, sind die chinesischen und thailändischen Kampfkünste, die auf eine viel ältere Entwicklungsgeschichte von ca. 4000 Jahren zurückblicken können, bei uns ziemlich unbekannt und kaum durch qualifizierte Lehrer verteten. Der Wu Shu-Verlag Kernspecht hat es sich zur Aufgabe gemacht, über ungewöhnliche, aber realistische und praxisorientierte Kampfsysteme authentische Fachbücher herauszugeben.
In diese Serie paßt Muai Thai – bei uns als Thai-Boxen bekannt – ganz zweifellos. Seit Tausenden von Jahren wird es mit Vollkontakt betrieben. Im Kampf um Leben und Tod konnten nur die Techniken bestehen, die sich als erfolgreich erwiesen. Kein Wunder, daß viele Karate-Leute, die nun wirklich realistisch kämpfen wollen, sich immer mehr für diesen wohl ältesten und erfolgreichsten Vollkontakt-Kampfsport Asiens interessieren. Nicht zuletzt ist das französische Savate und das japanische Kickboxen durch Muai Thai entstanden und Mas Oyama äußert sich stets voll Bewunderung über das Thaiboxen.

Eine grausame, brutale Hauruck-Kampfmethode ist Muai Thai aber keinesfalls. Dieses weitverbreitete Vorurteil kann kein zweiter besser widerlegen, als der Autor dieses Buches, einer der fünf höchsten Muai Thai-Meister Thailands, der vom König die höchste Auszeichnung, den Schwarz-Rotgurt, verliehen bekommen hat. S. Supasturpong ist aber nicht nur Meister im Muai Thai, sondern wie Karate revue in einer früheren Ausgabe berichtete, auch Meister in den vier anderen thailändischen Kampfkünsten: der thailändischen Selbstverteidigung, die an Ju-Jitsu, Wing Tsun und Affen-Kung Fu erinnert und interessanterweise auch Ling-Lom („Luftaffe") heißt, dem Schwert- und Stockkampf und dem allgemeinen Waffenkampf.
In diesem ersten Band der Serie über thailändische Kampfkünste informiert der Autor hauptsächlich über die Grundbegriffe des Muai Thai, über die Geschichte des thailändischen Nationalsportes, den Einfluß der Religion, die Graduierungen, über die Auseinandersetzung mit den Kick-Boxern und auch über die thailändischen Waffensysteme. Der Hauptteil wird natürlich vom Training und den Vollkontakt-Kampftechniken der Thai-Boxer eingenommen. Wer weiß, daß es über 7000 Einzeltechniken im Muai Thai gibt, kann natürlich keine Vollständigkeit erwarten, aber 170 Fotos ungestellter Kampfszenen vermitteln dem Leser einen guten Einblick in dieses kunstvolle, aber auch sehr praktische Kampfsystem. So unterscheiden sich die Sprungtritte von denen anderer Stile dadurch, daß der Thai-Boxer keinen Anlauf nimmt, nicht so hoch springt und oft mit dem Schienbein trifft. Ähnlich wie beim Wing Tsun haben wir es hier häufig mit Nahkampf-Tritten zu tun. Praktischerweise ist die Antwort auf einen Tritt meist ein Tritt. Eine vernichtende Waffe im Nahkampf ist das Knie, das Muai-Thai-Kämpfer auf 2000 Arten im Kampf einzusetzen lernen. Ähnlich vielseitig und gefährlich ist der Ellenbogen, den die Thais vollendet gebrauchen können. Auch die Fausttechniken entsprechen keinesfalls dem Karate, harte Blocks werden als wenig sinnvoll abgelehnt, Ausweichen und eigener Angriff als Abwehr werden bevorzugt. Viele Fotos zeigen gleichzeitige Abwehren und Gegenangriffe, aber auch doppelte Angriffe, z. B. mit Knie und Ellbogen gleichzeitig. Sehr aufschlußreich sind die Anekdoten, die Supasturpong über seinen Lehrer und seine Ausbildung erzählt und die Ratschläge, die er hoffnungsvollen jungen Kämpfern gibt, so zum Beispiel der Satz: „Über dem Himmel gibt es Himmel, über dem Menschen auch noch den Menschen". Jeder solle sich immer vor Augen halten, daß ein anderer vielleicht doch noch besser sein könne.
Wir können dieses Buch, das eigenwillig wie alle Bücher der Wu Shu-Reihe ist, all denen empfehlen, die sich für Vollkontakt interessieren, aber auch jedem Budo-Freund, der hier zum ersten Mal die Möglichkeit hat, in deutscher Sprache wahre Informationen über den thailändischen Kampfsport zu erhalten.

Buchbesprechung Neuerscheinung:

KARATE JOURNAL LAS

das deutschsprachige Wing Tsun Kung Fu-Lehrbuch « WING TSUN KUNG FU »

von Sifu Leung Ting, 10. Meistergrad.

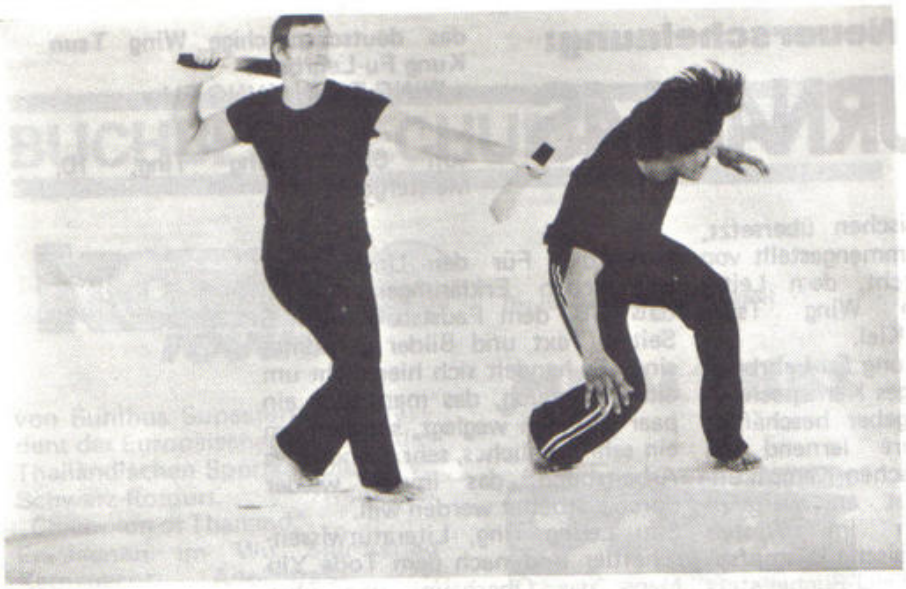
Aus dem Chinesischen übersetzt, ergänzt und zusammengestellt von Keith R. Kernspecht, dem Leiter des deutschen Wing Tsun-Hauptquartiers in Kiel.
Es ist das erste Kung Fu-Lehrbuch des Wu Shu-Verlages Kernspecht in Kiel. Der Herausgeber beschäftigt sich über 16 Jahre lernend und lehrend mit asiatischen Kampfkünsten und arbeitet an weiteren Veröffentlichungen im Westen unbekannter chinesischer Kampfsysteme. Da die WUSHU-Bücher stets in Zusammenarbeit mit den bedeutendsten chinesischen Meistern entstehen, kann der anspruchsvolle Leser grundsätzlich auf die Authentizität dieser Reihe vertrauen.
Etwa 120 Seiten, über 150 Fotos u. Bilder, Din A 5
Einführungspreis z.Z. DM 16.80.

Wir hatten Gelegenheit, in die vielen Leserbriefe einzusehen, die beim Verlag aus ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz eintrafen und diesem einführenden Werk ohne Ausnahme das Prädikat « sehr gut » oder « gut » verliehen und es oft als das erste authentische deutsche Lehrbuch über ein original chinesisches Kung Fu-System bezeichneten.
Einziger Punkt der Kritik ist, daß viele der über 150 Fotos Reproduktionen chinesischer Originalfotos sind, die deshalb etwas schwach sind. Dies sei aber nicht zu vermeiden gewesen, versicherte uns der Verlag, denn man wollte diese Fotos, die chinesische Großmeister bei der Demonstration von Grundtechniken zeigen, nicht durch fototechnisch bessere, aber Wing Tsun-technisch schlechtere eigene, nachgestellte Fotos ersetzen, Viel Aufregung bei den Bruce Lee-Fans verursachte eine kritische Darstellung des beliebten Kung Fu-Stars unter dem Thema Yip Man - Bruce Lee.
Es ist dies sicherlich ein sehr engagiertes Buch, das sich unter anderem gegen die Kung Fu-Scharlatane wendet und gegen jene, die Kung Fu mit Karate in einen Topf werfen.
Die Neuerscheinung verdient durchaus den Namen Lehbuch, denn sie erklärt höchst ausführlich die Stände, die drei wichtigsten Abwehrtechniken und den speziellen Wing Tsun-Zentralfaustst oß. Für den Umfang der gründlichen Erklärungen spricht, daß z.B. dem Faustst oß allein 5 Seiten Text und Bilder gewidmet sind. Es handelt sich hier nicht um ein Bilderbuch, das man nach ein paar Stunden weglegt, sondern um ein sehr sachliches, sehr gründliches Arbeitsbuch, das immer wieder durchgearbeitet werden will.
Sifu Leung Ting, Literaturwissenschaftler und nach dem Tode Yip Mans das Oberhaupt von über 20 000 Wing Tsun-Kämpfern in Hongkong, erklärt in diesem ersten Band, dem weitere folgen sollen, das von vielen für das praktischste gehaltene chinesische Kung Fu-Kampfsystem Wing Tsun, wobei er auch auf Entwicklung und Theorie eingeht.

Für Karateka besonders interessant sind die illustrierten Vergleiche zwischen Faustst oß und Abwehrtechniken im Klassischen Karate und Wing Tsun. Auf 13 Seiten werden Wing Tsun-Antworten auf die klassischen Blocks Age Uke, Soto Ude Uke, Uchi Ude Uke und Gedan Barai gezeigt. Diese Darstellungen könnten den Vertretern eines moderneren, flexibleren Karate möglicherweise einige Argumente liefern wie auch Bruce Lee Wing Tsun oder Wing Chun Do bzw. Jeet Kune Do -Demonstrationen in Amerika die Kampfesweise der amerikanischen Karateka verändert haben.

Mag der Rezensent als Vertreter eines anderen Systems auch mancherorts anderer Meinung sein, so ist er sicher, daß jeder Budoka aus der Lektüre dieses Buches viel Nutzen ziehen und seinen Horizont erweitern kann.
Um den Ko-Autor K. Kernspecht zu zitieren : « Dieser Band will nicht in den klassischen Streit eintreten, welches Kampfkunstsystem das « beste » sei, es will aber dem Budoka, der nicht alles an der Elle seines Systems mißt, eine neue Dimension erschließen und Denkanstöße geben, die ihm letztlich helfen werden, das eigene System besser zu verstehen. Auch Hirokazu Kanazawa, der berühmte Shotokan-Meister, sagte, er verstünde Karate jetzt besser, seit er das chinesische Tai Chi übt ».

Lernen Sie...



Escrima

Wing Tsun

und andere hochentwickelte Kampfkünste aus China, Thailand und anderen Teilen Asiens.

durch Aufbau-Lehrgänge
WU SHU-VERLAG KERNSPECHT
Adolfstraße 27, 2300 Kiel 1
Telefon (0431) 561377

WING TSUN KUNG FU

國際詠春梁挺拳術總會・德國總部

EUROPÄISCHE WING TSUN ORGANISATION
SIFU KEITH R. KERNSPECHT

INT. WING TSUN LEUNG TING MARTIAL-ART ASSOCIATION.

Was ist Wing Tsun?

1. W.T. ist das praktischste und vielleicht wirksamste Nahkampfsystem überhaupt. Die beste Shaolin-Kämpferin hat es entwickelt, um die Shaolin-Kung Fu-Stile zu besiegen.
2. W.T. ist von der Struktur her doppelt so schnell wie traditionelle Systeme.
3. W.T. begegnet der Kraft des Gegners nicht mit eigener Kraft, sondern borgt die Kraft des Angreifers, um ihn zu besiegen.
4. W.T. entwickelt durch die Übung der »Klebenden-Hände« das Gefühl in den Armen, so daß der Fortgeschrittene auch im Dunkeln reflexartig kämpfen kann.
5. W.T. läßt sich in verhältnismäßig kurzer Zeit erlernen, da es wenige Grundtechniken gibt, die aber unendlich kombinierbar sind.
6. W.T. erfordert keine besonderen Körperkräfte, da es ja von einer Frau erdacht wurde, aber auch keine besondere Gelenkigkeit oder Akrobatik.
7. W.T. läßt sich deshalb bis ins hohe Alter betreiben.
8. W.T. kann man, hat man es einmal erlernt, in der eigenen Wohnung allein üben. Denn die drei W.T.-Formen (jap. Kata) lassen sich auf kleinstem Raum üben, und die berühmte W.T.-Holzpuppe ersetzt weitgehend den Übungspartner.
9. W.T. ist ein wissenschaftliches System, das dem Denkenden aufgrund der innewohnenden Logik ähnliche Befriedigung schenkt wie etwa das Schachspiel. Im W.T. überlistet die Vernunft die rohe Kraft.

Über Wing Tsun Kung Fu-Seminare des Deutschen Wing Tsun Hauptquartiers

»Kann man denn überhaupt auf einem Wochenend- oder Wochen-Seminar soviel lernen, daß der Aufwand sich lohnt?«

Ganz gewiß. Der Erfolg eines Seminars wird Ihre Erwartungen weit übertreffen. Allein durch den Besuch unserer Seminare und Spezialklassen kann man selbst die fortgeschrittensten Techniken des WT erlernen und die entsprechenden Prüfungen ablegen. Ein Wochenend-Seminar von ca. 6 Stunden entspricht mehreren Monaten normalen Schultrainings. Ein Wochen-Seminar liefert den Übungsstoff eines halben Jahres.

»Wie ist das möglich?«

Durch das überaus intensive Training, dadurch daß wir keine Zeit durch Gymnastik oder Konditionstraining verlieren (kann jeder zu Hause machen). Vor allem aber durch die ausgeklügelte Lehrmethode und den sinnvoll und zeitsparend aufgebauten Lehrplan. Zuletzt aber durch das WT-System selbst. Im WT gibt es keine Schnörkel, keine Bewegungen ohne unmittelbare, praktische Bedeutung. Ebenso gerafft und ökonomisch wie das System ist unsere Lehrmethode.

»Wer leitet den Unterricht?«

Grundsätzlich leitet Sifu Keith R. Kernspecht, Europas höchster Wing Tsun-Meister, a l l e Seminare persönlich und nimmt die Prüfungen ab, die durch offizielle Urkunden bestätigt werden. Jede Prüfung wird außerdem im DWTO-Pass eingetragen. Der Unterrichtsplan ist an allen WT-Schulen der Welt gleich.

»Was lernt man z. B. bei einem Einführungslehrgang?«

Der Teilnehmer erhält einen umfassenden Einblick in das System und seine Prinzipien. Er lernt nicht eine Ansammlung von Einzeltechniken, sondern vielleicht zum ersten Mal lernt er erkennen, wie das Gesetz der Logik auch im Kampf wirksam ist. Er versteht, was es heißt, reflexartig - ohne jegliches Denken auf jeden Angriff richtig zu reagieren, die Kraft des Gegners gegen diesen zu verwenden, zu kämpfen nach Gefühl - mit geschlossenen Augen. Er sieht ein, daß Kämpfen eine Kunst, eine Wissenschaft sein kann. Oder ein Spiel wie Schach.

»Kann nach einem Wochenend-Seminar schon eine Prüfung abgelegt werden?«

Nein, aber nach mehreren Wochenendseminaren oder schon nach einem einwöchigen Intensiv-Seminar hat der Teilnehmer ein Repertoire von miteinander kombinierbaren Kampfbewegungen (60-80), so daß er den 1. Schülergrad im Wing Tsun erwerben kann.

»Muß ich Mitglied der Deutschen Wing Tsun Organisation sein, um an einem Einführungslehrgang teilzunehmen?«

Nein, die Einführungslehrgänge stehen jedem offen, der sich erst einmal informieren möchte. Aber um weiterführenden Unterricht durch Seminare oder auch in WT-Gruppen zu erhalten, ist Mitgliedschaft nötig.

»Was muß ich zum Lehrgang mitbringen?«

Bequeme Sportbekleidung (oder T-Shirt, Pullover, weite Hose) und Turnschuhe, Handtuch, Schreibmaterial, Aufgeschlossenheit für das Neue.

Zuschauer

sollen bitte **nicht mitgebracht** werden. Ausnahme: Ehefrau, Freundin, Verlobte - obwohl es besser wäre, sie würde mitmachen und später Ihre Übungspartnerin werden.

Endlich...

wieder ein ***echtes*** Kung Fu-Buch
vom WU SHU-Verlag Kernspecht
„Das Zweite!"

NEU...NEU...NEU...NEU...

- mit 220 herrlichen Fotos chin. Meister
- Nahkampftritte u. Handtechniken
- Waffen: Stock und Doppelmesser
- kritische Besprechungen internationaler Fachbücher
- Viele Kampfkombinationen mit Sifu Leung Ting
- Geheimnis des W.T.-Zoll-Faustst oßes
- Bruce Lee in der chinesischen Presse
- SELBSTUNTERRRICHT in Bild+Text in: Tan-Sau/Kuen, Gaun-Sau/Kuen, Bong-Sau, Pak-Sau/Kuen, Kettenfaustst oß. Siu Nim Tau demonstriert durch Leung Tuen.

DM 19,80

NUR KLEINE AUFLAGE! Sichern Sie sich Ihr Exemplar
Per Vorkasse DM 19,80+1,20 (Versand) bar oder
auf Konto 10 114 742 Kieler Spar-u. Leihkasse
Per Nachnahme DM 19,80 + 5,00 (NN-Spesen)
Bei Bestellung Informationsmaterial gratis

WU SHU-VERLAG KERNSPECHT
ADOLFSTRASSE 27 · 2300 KIEL 1
TELEFON: (04 31) 56 13 77 · NACHMITTAGS

Verlag u. Vertrieb authentischer Fachliteratur,
Spezialartikel, Wochenend-Kurse in W.T.
Umschulungen, Privatunterricht, Beratungen
Information gegen zwei 0,50 DM Briefmarken.

Einige Informationen über den Wu Shu-Verlag

Manche werfen uns mit Recht vor, unsere Bücher seien teurer als die anderer Budo-Verlage. - Aber der Leser mag bedenken, daß unsere Fachbücher **authentisch** sind und nur in Zusammenarbeit mit den bedeutendsten asiatischen Meistern entstehen. Wir haben dadurch sehr hohe Honorarkosten, Lizenzkosten, Reisekosten für Hin-, Rückflug und manchmal monatelange Bewirtung z. B. chinesischer Lehrer. Von fast zweitrangiger Bedeutung sind oft die reinen Materialkosten. Fotos, Setzen, Druck, Papier, Binden, obwohl wir das einzelne Buch sicherlich billiger herstellen könnten, falls unsere Auflage größer wäre.

Wenn aber der Inhalt unserer Fachbücher weiterhin seriös bleiben soll, und das wünschen die Leser, für die wir schreiben, ist eine größere Auflage nicht zu verkaufen.

Übrigens, mit jedem Wu Shu-Buch erhalten Sie gleichzeitig unsere individuelle Leserberatung. Auch Sie können sich mit möglichst jeweils nur einer größeren Frage direkt an den Verlag wenden. Bitte denken Sie daran, einen adressierten, frankierten Briefumschlag für die Antwort beizulegen. Wenn Sie einen separaten Zettel mit Ihrer Adresse einsenden, erhalten Sie unsere Rundschreiben für Stammkunden über Neuerscheinungen in deutscher und englischer Sprache, Informationen über bevorstehende Lehrgänge und Veranstaltungen.

Der Lehrgang zum Lehrbuch

Für alle diejenigen, die auch praktische Erfahrungen sammeln und von anerkannten Experten unterwiesen und korrigiert werden wollen, veranstaltet die WU SHU-VERLAG KERNSPECHT regelmäßig Wochen- und Wochenend-Lehrgänge für Anfänger und Fortgeschrittene.

Zur Zeit bieten wir folgende Lehrgänge an:

1. **Thailändische Kampfkünste** mit Meister Sunthus Supasturpong
2. **Wing Tsun Kung Fu** mit Sifu K. Kernspecht
3. **Escrima-Stockkampf** mit Meister Latosa/Newman

In allen genannten Systemen können Prüfungen abgelegt werden.

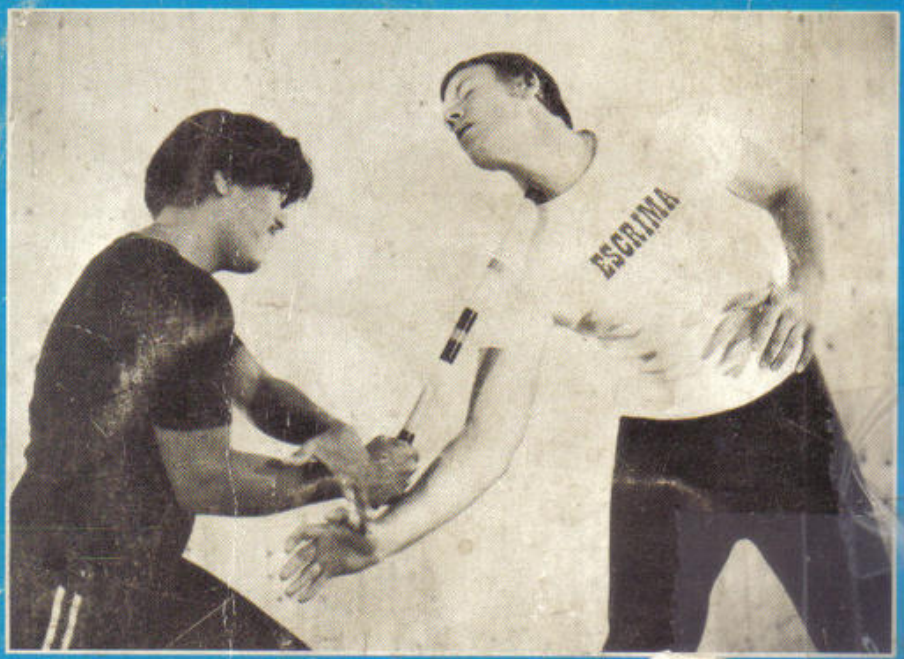
Falls Sie sich für Lehrgänge interessieren, schreiben Sie bitte mit adressiertem und frankierten Briefumschlag für unsere Antwort.

WU SHU-VERLAG KERNSPECHT

Abt. Lehrgänge
Adolfstraße 27
2300 Kiel 1

ESCRIMA

ESCRIMA


ESCRIMA